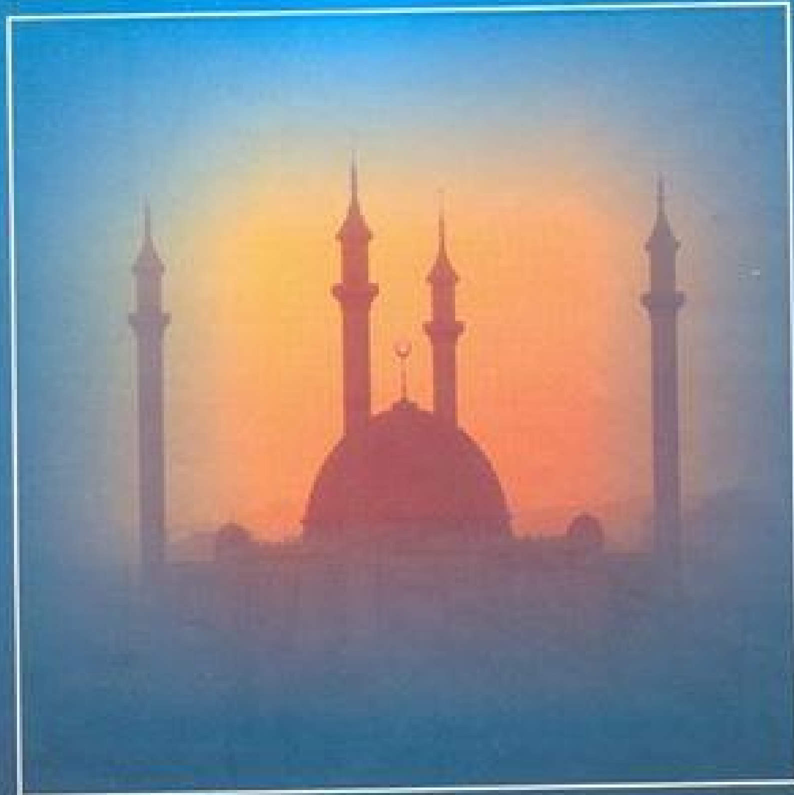
نیا اضافہ شدہ ایڈیشن

روحانیت دانش اور حقیقتیں

جس کو مرشد کامل نہیں ملا وہ اس کتاب کو ضرور پڑھے



قمر اقبال صوفی

(ہالینڈ)

نام کتاب : روحانیت ۔ دانش اور حقیقتیں
مصنف : قمر اقبال صوفی
بسعی و اہتمام: اویس سہروردی
اشاعت : فروری 2001ء - جون 2003ء - جون 2004ء
حروف چینی : گرافک ان، 35- رائل پارک، لاہور فون:6363452
طابع : شرکت پرنٹنگ پریس، لاہور
ناشر : اورینٹل پبلی کیشنز، لاہور
صفحات : 661
قیمت : =/350 روپے 10 ڈالر (امریکی)
پتہ مصنف : قمر اقبال صوفی، معرفت کرنل (ر) چوہدری محمد اقبال
محلہ سرپاک، چکوال (پاکستان)
MCB 16/114, Haringpakkersteeg 9
1012 LR Amsterdam-Holand

واحد تقسیم کنندہ:

اورینٹل پبلی کیشنز

35- رائل پارک، لاہور-54000، پاکستان فون:6363009
ای میل: editor@oriental-publication.com
ویب: www.oriental-publication.com

انتساب

اپنے پیارے بھائی

خالد اقبال

کے نام

(قمر اقبال)

فہرست

بسم اللہ الرحمن الرحیم

تعارف

اس کتاب کا موضوع علم ہے.

کہتے ہیں کہ ایک حدیث پاک ہے ''علم حاصل کرو خواہ تمہیں اس کے لیے چین جانا پڑے''.

بقراط نے کہا ''علم بہت ہیں، عمر کم، وہ سیکھ جس سے سب علم آ جائیں''

علم کی بھی دو قسمیں ہیں. ایک ظاہری علم ہے اور دوسرا باطنی علم (Wisdom) ہے. خود کو جاننا (Knowledge of Self) سب سے اونچی (Wisdom) ہے.

باطنی علم کو آپ روح وغیرہ کا علم بھی کہہ سکتے ہیں اور ظاہری علم آپ کو دنیاوی معمولات کی بجا آوری میں مدد فراہم کرتا ہے. ساری دنیا میں موجود طرز تعلیم کا سب سے بڑا نقص یہ ہے کہ یہ سکھاتی ہے کہ کیا سیکھنا ہے یہ نہیں سکھاتی کہ کیسے سیکھنا ہے. (کیسے سیکھنا باطنی علم (Wisdom) کا حصہ ہے، یعنی یقین اعتماد اور صبر کے ساتھ اور یہ چن کر کہ کیا چیز ضروری ہے کیا نہیں).

یہ مت بھولیں کہ آج کل اسپشلائیزیشن (Specialization) کا دور ہے. اگر آپ کی آنکھ میں نقص ہے تو عام ڈاکٹر کے بجائے آئی اسپیشلسٹ (Eye Specialist) کے پاس جائیں گے قانونی مشورے کی ضرورت ہے تو بیرسٹر کے پاس جائیں گے. ہر آدمی ہر کام کا ماہر نہیں ہو سکتا. اپنے منتخب شدہ شعبے کے ماہر بنیں. اس کا علم حاصل کریں. آج کل ہر آدمی سکون اور خوشی میں ہے لیکن یہ بھلا دیا گیا ہے کہ ان دونوں کا تعلق براہ راست روح سے ہے. اور روح کو بھلا دیا گیا ہے جس کی سزا اسے مل رہی ہے. روح جو امر ربی ہے.

سیانے کہتے ہیں. جس نے خود کو جان لیا اس نے اللہ کو جان لیا

ہر معاشرے میں مختلف مذہب وملت کے لوگ خدا کی تلاش (حقیقت کی تلاش) میں ہیں. اور اس سعی کا طریقہ کار ہر ایک کا اپنا ہے. مگر خدا کہاں پر ہے اور اس کو کیسے ڈھونڈا جا سکتا ہے.

الہی! ایسا خوف جو نفس کو پاک کر دے ایسی محبت جو مجھے چاک کر دے
اور ایسی معرفت جو مجھے خاک کر دے.

قرآن حکیم میں ہے ''اللہ تمہاری شہ رگ سے بھی قریب ہے۔''

مہاتما بدھ کو نروان ملنے کے بعد پوچھا گیا کہ آپ کو کیا ملا، تو وہ کہنے لگے'' کچھ بھی نہیں، یہ سب کچھ میرے پاس تھا مگر مجھے اس کی خبر نہیں تھی۔''

چوتھی صدی عیسوی کے سینٹ آگسٹائین نے کہا'' میں خدا کو دور ڈھونڈ رہا تھا. پھر مجھے محسوس ہوا کہ خدا میرے قریب ہی کہیں پر ہے. پھر مجھے معلوم ہوا کہ خدا تو میرے اندر ہے۔''

جناب شیخ عبدالقادر جیلانیؒ سے یہ سوال کیا گیا کہ منصور حلاج کے انا الحق کہنے اور حضرت بایزید بسطامیؒ کے سبحانی ما اعظم شانی کہنے میں کیا راز تھا تو انہوں نے جواب نہ دیا لوگوں نے زیادہ اصرار کیا تو کہنے لگے کہ میں کسی کو اس کا اہل نہیں سمجھتا کہ یہ راز بتاؤں.

پھر کچھ نہ کچھ چکر تو تھا کہ فرشتوں اور شیطان کو حکم دیا گیا کہ آدم کو سجدہ کریں. خدا کی تلاش میں سفر خود سے شروع ہو کر خود ہی اور خدا تک جا کر پھر خود پر ہی ختم ہوتا ہے. لیکن اگر خدا اندر ہی ہے تو پھر ہم بے بس اور مجبور مخلوق کیوں ہیں اور جنہوں نے خدا کو اندر ڈھونڈ لیا انہوں نے کیا کارنامے انجام دیئے. ایسے اور بے شمار سوالات ہیں جن کا ہر ممکن جواب اس کتاب میں دیا گیا ہے.

یہ سب کچھ جاننا علم کا حصہ ہے. علم ایک ایسی تلوار ہے. جس سے انسان ساری دنیا مسخر کر سکتا ہے.

ہمارے یہاں روحانیت میں لفظی علم کو کم اہمیت دی جاتی ہے زیادہ اہمیت استاد شاگرد (پیرومرشد) کے تعلق کو ہی دی جاتی ہے. مگر لفظی علم کی اہمیت اپنی جگہ موجود ہے.

اگر ہم روحانی علم کی بات کرتے ہیں تو ہم اسے کہاں ڈھونڈیں، ہماری روحانیت کی کتابیں ایسی نا قابل فہم باتوں اور مشکل اصطلاحات اور تشبیہات سے بھری ہوئی ہیں جو عام آدمی کی تو کیا، اچھے خاصے عالم کی سمجھ میں بھی نہیں آتیں.

دوسری طرف بڑے لوگوں کے اقوال اور نصائح کی کتب ہیں. جن میں ہر ایک نے اپنے تجربے کی عینک لگا کر اپنی باتیں کہیں. وہ عینک عام لوگوں کو میسر نہیں ہے، اور پھر ان اقوال میں بھی متنازعہ باتیں (Controvercial topic) شامل ہیں. ایک کہتا ہے بہت پڑھا کرو دوسرے کا موقف ہے کم پڑھو زیادہ سوچو.

مغرب کی لکھی ہوئی کتابوں میں بھی سچ کے ساتھ جھوٹ شامل ہوتا ہے جو کہ زیادہ خطرناک ہو جاتا ہے. کیونکہ قاری یہ اندازہ ہی نہیں کر پاتا کہ سچ کہاں ختم ہوتا ہے اور جھوٹ کہاں سے شروع ہوتا ہے.

حضرت سلیمان نے فرمایا.

There is nothing new to be said under the sun.

یعنی دنیا میں کوئی چیز کہنے کو نئی نہیں.

گو تشریح کرنا اور عام لوگوں کو سمجھانا ہی اصل کام ہے.

اور یہ بھی ہے کہ عام زندگی میں جو بات بھی جتنی اہم ہوتی ہے. اتنی سادہ اور قابل فہم ہوتی ہے. جتنی غیر اہم ہو تو اتنی پیچیدہ ہوتی ہے. مگر لوگ مشکل چیزوں کی طرف زیادہ جھکتے ہیں. جو بات جتنی مشکل ہو اتنی پرکشش (Attractive) ہوتی ہے. دنیا میں ہمیشہ ایسے ادیب مقبول ہوئے جنہوں نے اپنے خیالات آسان اور شگفتہ زبان میں ادا کئے ہیں.

سوال بہت سے ہیں اور ہر سوال کا مکمل جواب دیا بھی نہیں جا سکتا لیکن بہت سی باتوں کا جواب ہمارے پاس موجود ہے. صرف انسان کی آنکھیں کھلی، حوصلہ بلند اور یقین مضبوط ہونا چاہئے. درحقیقت اسلام کی روحانیت میں ان سب سوالوں کے جواب موجود ہیں. ویسے کوئی بھی علم سیکھنے کا سب سے صحیح طریقہ استاد سے سیکھنا ہوتا ہے. لیکن صحیح استاد کون ہیں اور کہاں پر ہیں.

عام فہم زبان میں کہا جا سکتا ہے کہ دنیا میں آنے والے پیغمبر انسانیت کے استاد تھے. انہوں نے ان تمام صلاحیتوں کا علمی مظاہرہ کر کے دکھایا جو کہ انسان میں موجود ہیں. لوگوں کو صحیح راہ اور بے شمار معجزات بھی دکھائے. یہ ہمارے لیے سبق تھا کہ ہم میں بھی یہ صلاحیتیں موجود ہیں. ہمیں چاہئے کہ انہیں استعمال کریں ان صلاحیتوں کو استعمال کرنے کا ذریعہ یقین (یقین کامل Faith ہے) پیغمبروں میں یہ یقین کو تقریباً ۹۰ یا ۱۰۰ فیصد تک بڑھا سکتے ہیں.

یقین کامل ایسی چیز ہے. جس کے بارے میں حضرت عیسیٰ نے فرمایا:

"Faith can Move the mountain."

ترجمہ: ''یقین پہاڑ کو بھی ہٹا سکتا ہے.''

لیکن فیتھ کیا ہے؟ (یقین کامل کیا ہے) ہم اس کی گہرائی تک جائیں گے.

آج کل سائنس کا دور ہے لوگ تصوف کو مسائل سے فرار (Escapism) بھی کہتے ہیں.

دوسری طرف اگر صرف ہمارا ہی روحانی علم صحیح ہے تو پھر ہندوؤں میں فقیر کہاں سے آ گئے. اگر باتوں کا علم (سائنس کا علم، ظاہری علم) ہی کافی ہے تو انگریزوں نے یہ سب باتیں کمپیوٹر میں بھر لی ہیں، وہ یہ سب جانتے ہیں. ان میں سب کو فقیر (غیر فطری صلاحیتیں رکھنے والا) ہونا

چاہیے۔ پھر آجکل انگاروں پر چلنا، ہوا میں کھڑا ہونا، موٹے موٹے لوہے کو ٹیڑھا کرنا، جسم میں چھریاں گزارنا عام ہے، آپ جب چاہیں ان چیزوں کی دستاویزی فلم دیکھ سکتے ہیں۔ گویہ چیزیں فقیری نہیں ہیں۔ فقیری تو کچھ اور بہت بڑی چیز ہے۔

یہودیوں کے روحانی لوگ کہتے ہیں کہ ہر قوم میں تقریباً چھتیس (36) صادقین ہوتے ہیں جن کا کام اس قوم کی روحانی مدد کرنا ہوتا ہے۔

حدیث مبارک ہے کہ ہر چالیس مسلمانوں میں ایک ولی ہوتا ہے ایک اور حدیث میں ان کی قسمیں بھی بتائی گئی ہیں۔ مسلمانوں میں روحانیت کے باقاعدہ سلسلے ولی، ابدال، قطب، غوث کو بے شمار لوگ مانتے ہیں مگر یہ سب لوگ کہاں پر ہیں اور ہمیں کیوں نظر نہیں آتے۔

ایسے ہی بے شمار سوال ہیں۔ جن کا جواب اس کتاب میں بڑی حد تک موجود ہے۔

ویسے دلچسپ بات یہ ہے کہ مسلمانوں کی طرح عیسائیوں میں بھی یہ بات ہے کہ وہ کسی زندہ آدمی کو ولی (Saint) نہیں مانا کرتے۔ وہ صرف اس وقت کسی کو ولی (Saint) مانتے ہیں جبکہ اسے مرے ہوئے کافی عرصہ گزر چکا ہو۔ ہم مسلمان بھی یہی کرتے ہیں کیونکہ مردہ شخصیت کے ساتھ کسی کا کوئی مقابلہ نہیں رہتا، پھر جھوٹ اور سچ ملا کر اس کی شخصیت کو زیادہ بڑا بنا لیا جاتا ہے۔

ویسے بھی ہم مردہ پرست ہیں ہمارے یہاں ہیرو یا فقیر کے لیے مردہ ہونا ضروری ہے۔

پھر ہمیں یہ بھی چاہیے کہ مذہب کو مذہب کے طور پر دیکھیں، اس کی عملی مثال ملا کے کردار میں تلاش نہ کریں۔ اسی طرح بیسویں صدی کے مشہور عیسائی فلاسفر اور ماہر روحانیت Gordijuff نے بھی اپنے پادریوں کے بارے میں کہا ہے: If you want to spoil the faith, be friend with priest (اگر اپنے مذہب کو خراب کرنا ہے تو پادری کے ساتھ دوستی کر لو۔)

اہل اسلام یہ بھی نہ بھولیں کہ ملاؤں اور علمائے حق میں بھی فرق ہے۔ لکھنے والے کے لیے (اور صحیح استاد کے لیے بھی) مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ جس قسم یا سطح کے قاری یا شاگرد ہوں اسی سطح (Level) پر آ کے بات کرے۔ اگر آپ کے شاگرد یا پڑھنے والے پہلے ہی جاننے والے ہیں تو صحیح استاد کا کام بڑا آسان ہو جاتا ہے۔ میری کوشش یہ ہے کہ شروع اور آخر والے سب اسے سمجھ سکیں۔ عام لوگوں کو عام فہم باتیں اور مثالیں ہی بتائی جاتی ہیں۔ جیسے قرآن پاک میں عرب کے صحرائیوں کو جنت میں نہروں، سایوں اور حوروں کی مثالیں دی گئیں۔ جو کہ ان کے لیے سب

سے بڑا عیش کا تصور تھا۔

اگر اللہ انہیں بتاتا کہ نور، نور میں مل جائے گا تو بہت سے بدو جنت میں جانے کی ضرورت محسوس نہ کرتے۔

بات وہی کریں جو لوگوں کی سمجھ میں آ جائے۔ ویسے تو چمکتے دمکتے لفظوں کے مداری بہت ہوتے ہیں۔ لمبی لمبی پیچیدہ باتوں میں اکثر مطلب مہمل ہو جاتا ہے۔ سننے والے لفظوں کو سمجھنے اور چھاننے میں لگے رہتے ہیں۔ کافی وقت کے بعد معلوم ہوتا ہے کہ حاصل کچھ نہیں ہوا۔ ہمیشہ مختصر اور ٹو دی پوائنٹ To the Point بات کریں۔ اس کتاب میں، میں نے آپ کو روحانیت اور روحانی علم کے متعلق ہر قسم کی علمی، نفسیاتی اور سائنسی معلومات سادہ سے سادہ طریقے سے دینے کی کوشش کی ہے۔ جس کو سمجھنے کے بعد انشاءاللہ آپ کو روحانی یا دنیاوی جس میدان میں چاہیں انتہائی بلندیوں تک جا سکیں گے۔

اس میں انسانی ذہن (شعور اور لاشعور) کو سمجھنا بڑا لازم ہے۔ جن کی تفصیل صحت کے باب میں دی گئی ہے۔ لاشعور کی طاقت دراصل روح کی طاقت ہے، یہ اتنا طاقتور ہے کہ مشکل کام کو آسان بنا سکتا ہے اور آسان سے آسان کام کو مشکل اس کی طاقت کی سادہ سی مثال یہ ہے کہ اگر آپ اپنی آمدنی کے بارے میں یہ سوچ رہے ہیں کہ آپکو اپنی مطلوبہ آمدنی (جو پانچ ہزار روپیہ مہینہ سے اوپر پانچ کروڑ تک کچھ بھی ہو سکتی ہے) حاصل کرنے میں مشکل ہو گی تو یہ ''ابھی اور اسی وقت سے'' کام شروع کر دیتا ہے اور اس آمدنی کے حصول کو آپ کے لیے مشکل بنا کر چھوڑے گا اور اگر آپ اس آمدنی کو آسان سمجھیں (اور مانیں) تو یہ آپ کو آسانی سے وہاں پہنچا دے گا اور دلچسپ بات یہ ہے کہ جتنا انسان کا یقین مضبوط ہوتا ہے اتنا ہی جلدی مثبت یا منفی اثر ہوتا ہے۔

ہم مسلمانوں پر اس کا اثر فوری اور شدید ہوتا ہے لیکن ہمیں اس کی خبر ہی نہیں اور مناسب معلومات بھی نہیں ملتیں۔ ہمارے لیے اس کا سمجھنا بہت ضروری ہے۔ ہم اس چیز کو سمجھ کر مغرب کے لوگوں سے کئی گنا زیادہ تیز رفتار ترقی کر سکتے ہیں۔

یہ ہمارے لاشعور کی طاقت ہی ہے جو یقین کے ساتھ مل کر یہ فیصلہ کرتی ہے کہ دنیا کیا ہے۔ یہ دنیا جنت ہے یا دوزخ۔ یہ ہمارے یقین پر ہی منحصر ہوتا ہے۔ انسانی روح میں بے پناہ توانائی ہے جسے ہم لوگ اپنے ڈر، خوف، شک و شبے، کم علمی اور کم ہمتی کی وجہ سے دبائے رکھتے ہیں، ان

کا دباؤ بڑھتے ہی یہ توانائی باہر آ جاتی ہے. اس کا درست استعمال ہی روحانیت کہلاتا ہے.

اس میں بات مثبت سوچ سے شروع ہوتی ہے اور یقین کامل تک چلی جاتی ہے (جو لوگ اس میدان میں نئے ہیں ان کے لیے مثبت سوچ کا مطلب پر امید رہنا اور ہر کام میں اللہ کی طرف سے بہتری کا سوچنا کافی ہے). بہت سی ایسی چیزیں بھی ہوتی ہیں جن کا شخصیت کی بہتری سے تعلق ہوتا ہے، مگر چونکہ شخصیت کو بہتر کرنے میں انسان کی توانائی صرف ہوتی ہے اس لیے صوفی اور روحانی لوگ اس سے بچتے ہیں کہ جتنے کم جھنجٹ ہوں اتنا ان کے لیے بہتر ہوتا ہے، اس لیے ہمارے ہاں ان پر کم لکھا گیا ہے. مگر عام زندگی اور عام آدمی کے لیے ان کا جاننا بہت اچھا ہوتا ہے. جیسے خود کو اہم سمجھنا یا عزت (Self respect) دینی اچھی بات ہے مگر صوفی (سالک) کو اس کی تلقین نہیں کی جاتی.

روحانیت میں دلچسپی بھی دو قسم کے لوگ لیا کرتے ہیں. ایک وہ جو فلسفیانہ خیالات سوچوں والے ہوتے ہیں. جو کام کی باتیں سنتے اور سیکھتے ہیں. جن کی فکر پیٹ پر حاوی ہوتی ہے. یہ چیزیں کافی حد تک علم میں بھی موجود ہوتی ہیں.

دوسرے وہ لوگ جو روح کی سب صلاحیتوں کو بروئے کار لانے کی کوشش میں ہوتے ہیں. جو کہ اصل روحانیت کہلاتی ہے. اس کتاب میں ان دونوں کے متعلق ممکنہ معلومات مل سکیں گی.

اسی کتاب میں میری یہ کوشش رہی ہے کہ آپ کی زندگی کے ہر اہم پہلو (ذہنی، نفسیاتی یا روحانی) سے متعلق ہر قسم کی معلومات مل جائیں لیکن یہ یاد رکھیں کہ کسی بھی ایک منتخب شعبے کا ماہر اپنے متعلقہ موضوع پر زیادہ دسترس رکھ سکتا ہے. دوسرے لوگ اس کتاب کو پڑھنے کے بعد اپنا قیمتی وقت ڈھیروں کتابیں پڑھنے کے بجائے زیادہ بہتر، زیادہ تعمیری اور فائدہ مند کاموں میں صرف کریں گے. آج کل علوم اتنے جدید اور وسیع ہو چکے ہیں کہ پرانی کتابیں پڑھنا وقت کے ضیاع میں ہی آتا ہے. ویسے بھی زیادہ کتابیں پڑھنا میرے خیال میں ایک قسم کی فراریت میں آتا ہے اور ایسے کرنے والوں میں عموماً کسی دوسرے عملی کام کی توانائی کم ہی رہ جاتی ہے. اکثر یہ لوگ ادیب، فلسفی یا شاعر بننے کے قابل ہی رہ جاتے ہیں، ان میں سے بھی صرف دو یا تین فیصد لوگ ہی اپنے شغل میں کامیابی حاصل کر پاتے ہیں.

اس کتاب میں اہم بات یہ ہے کہ اپنی سمجھ کے مطابق کوئی بے وزن چیز نہیں لکھی اور نہ کوئی ایسی بات لکھی ہے جو لوگوں کو اندھیرے میں یا غلط طرف لے جا سکتی ہے. ایسے موضوعات پر دنیا

کی مختلف زبانوں کی بے شمار کتابیں پڑھنے کے بعد علم یہ ہوا کہ ایک آدھ کتاب ہی ایسی تھی جس میں غلطیاں کم تھیں اور پیغام واضح تھا. اس کتاب میں میری کوشش یہی رہی ہے کہ غلطی کم سے کم اور باتیں صحیح اور واضح ہوں.

اس کتاب کو لکھنے سے پہلے میں بائبل (عہد نامہ قدیم و جدید) مثنوی روم، بھگوت گیتا، ہندوستان اور مغربی دنیا کی نفسیات اور روحانیت پر لکھی گئی اہم ترین کتابوں کا مطالعہ کر چکا ہوں. اس میں گو زیادہ تر چیزیں میرے اپنے ذاتی خیالات، مشاہدات و تجربات اور برسوں کی محنت اور تگ و دو کا نتیجہ ہے. تاہم دنیا کی بہترین کتب سے بھی استفادہ کیا گیا ہے.

برسوں کی اس محنت کے نتیجے میں مجھے جو سچائی اور حکمت (Wisdom) جیسے ملی، جہاں سے بھی ملی میں پوری نیک نیتی سے اسے آپ سب تک پہنچانا چاہتا ہوں بغیر کسی ذاتی غرض و غایت کے.

کتاب میں کچھ باتیں اس لیے دہرائی گئی ہیں کہ نئے طالب علم ان کی اہمیت کو سمجھ سکیں. علاوہ ازیں آپ کو کئی مقامات پر انگریزی الفاظ کا استعمال نظر آئے گا جن کا واحد مقصد بات کا درست مفہوم قاری تک پہنچانا ہے.



باب نمبرا

اسلامی روحانیت اور دیگر مذاہب

اسلامی روحانیت

عبادت الٰہی شریعت ہے اور خدا کی طلب طریقت ہے. اسلام میں مذہب کا علم شریعت کہلاتا ہے اور روحانیت کے علم کو طریقت کہا جاتا ہے. پہلے خود میرا دنیا کے مختلف روحانیت کے سکولوں سے واسطہ رہا.لیکن حقیقت یہ ہے کہ اسلام کی روحانیت (اور مذہب) ہی زندگی سے متعلق ہر سوال کا جواب دے سکتی ہے اور برسوں کے تجربات سے معلوم ہوا کہ اسلام کی روحانیت دوسروں سے کوسوں آگے ہے.

قرآن پاک میں ہے.

''آج میں نے مکمل کر دیا ہے تمہارے لیے تمہارا دین اور پوری کر دی ہے تم پر اپنی نعمت اور میں نے پسند کر لیا ہے تمہارے لیے اسلام کو بطور دین.''(سورۃ المائدہ3)

''تم ہو بہترین امت جو ظاہر کی گئی ہے لوگوں (کی ہدایت و بھلائی) کے لیے تم حکم کرتے ہو اچھے کاموں کا اور منع کرتے ہو برے کاموں سے اور ایمان رکھتے ہو اللہ پر.''(آل عمران110)

''جس نے پیدا کیا ہے موت اور زندگی کو تاکہ وہ تمہیں آزمائے کہ تم میں سے عمل کے لحاظ سے کون بہتر ہے.(سورۃ الملک2)

اسلامی روحانیت کی بنیادی باتوں کو سمجھ کر اور اپنے ذہن میں بٹھا کر آپ بہت سی الجھنوں اور کشمکش سے بچ جائیں گے.یہ دنیا ایک امتحان گاہ ہے.حضرت آدم اور اماں حوا ہی نہیں ہم سب جنت سے نکالے ہوئے ہیں.

اللہ کے نور کا ایک ذرہ ہم میں موجود ہے.اس کی مثال ایسے ہی ہے.جیسے ایک پیالہ پانی اور اللہ سمندر ہے.اس ایک پیالے پانی نے بھی واپس سمندر میں ہی جانا ہے.مولانا روم سمیت بہت سے صوفیائے کرام کی رائے ہے کہ اللہ بھی انسان کے اندر سے ہی بولتا ہے.اسے وہ وحی دل کہتے ہیں اور اسی کو پانا روحانیت کا بڑا مقصد ہوتا ہے.دوسری طرف شیطان بھی انسان کے

اندر ہی سے بولتا ہے، غرض سب کچھ انسان کے اندر ہی ہوتا ہے۔ اس لیے اس دنیا میں اچھا یا برا کام چننے میں ہم آزاد ہیں۔ مگر جو یہاں پر ذرہ برابر بھی نیکی کرے گا اس کا پھل وہ اس دنیا میں بھی پائے گا اور آخرت میں بھی پائے گا اور جو ذرہ برابر برائی کرے گا تو وہ اس کا بدلہ دنیا و آخرت دونوں میں پائے گا۔ جو آدمی دنیا میں اپنے گناہوں کی سزا سے بچ جائے گا (گو یہ تقریباً ناممکن ہے) وہ مرنے کے بعد اس کی سزا بھگتے گا۔ اللہ کے بنائے ہوئے اس اصول کو توڑنا ناممکن ہے، آپ کی روح اس کی پابند ہے چاہے آپ کا تعلق کسی بھی مذہب یا معاشرے سے ہو۔

قرآن حکیم میں ہے۔

''ہم نے اپنی امانت دریا اور پہاڑوں پر پیش کی مگر وہ نہ مانے اور انسان نے اسے مان لیا بے شک وہ ہے نادان اور ظلم کرنے والا'' اللہ کی امانت وہی اللہ کا نور ہے اور اس کی صلاحیت ہے انصاف کرنا، غلط کام کی خود کو سزا دینا، اچھائی کی مدد کرنا، اپنی روح کو سزا کی آگ میں جلاتے رہنا، خود کو آپ ہی جلاتے جانا اور معاف نہ کرنا، یہ بہت ہی کٹھن کام ہے۔ روح کی لامحدود صلاحیتوں کو امانت سمجھ کر استعمال کرنا بہت بڑی ہمت کا کام ہے۔ انسان نے غلطیوں کا پتلا ہونے کے باوجود یہ امانت سنبھالنے کی ذمہ داری کیسے اٹھائی؟ وہ واقعی نادان اور ظلم کرنیوالا (خود پر ظلم کرنیوالا) ہے۔ دوسری طرف انسان زمین پر اللہ کا نائب اور خلیفہ ہے یہ ہر اس کام کو کرنے کی کوشش کرتا ہے جو اللہ تعالیٰ کرتا ہے۔ اس دنیا کو اچھی جگہ بنانے کے لیے ہر مسلمان کو اپنا کردار ادا کرنا چاہئے۔ اس دنیا میں اچھے اور برے کی جنگ ہو رہی ہے، جو ازل سے چلی اور ابد تک جائے گی۔ اس جنگ میں اچھے کا ساتھ دینا ہمارا فرض ہے۔

دنیا امتحان گاہ ہے اس لیے یہاں پر اچھائی اور برائی دونوں موجود ہیں۔ اگر صرف اچھائی ہی ہوتی تو ہر کوئی اسے ہی اختیار کرتا پھر کیسی برائی اور کیسی امتحان گاہ۔ کئی مذاہب والے جیسے ہنود اور مشرق بعید میں بدھ روحانیت والے جنگی ین اور Yang فلاسفی ہے، کہتے ہیں کہ اللہ ہی اچھا بناتا ہے اور اللہ ہی برا، اس میں ہمارا کیا قصور؟ اور اس زندگی کا کیا مقصد ہے۔ اس خیال سے ہمارے کچھ صوفی فقراء بھی متاثر ہوئے، جیسے بابا بلھے شاہ جیسا بڑا صوفی شاعر بھی یہاں پر بھٹک گیا تھا، آپ کہتے ہیں۔

آپے آہو، آپے چیتا
آپے مارن دھایا، ڈھولا آدمی بن آیا

ترجمہ: خود ہی ہرن ہو، خود ہی چیتا ہو، خود کو مارے جاتا ہے، خدا آدمی بن کر آیا ہے۔

یہ سب لوگ کہتے ہیں کہ دنیا میں کوئی اچھائی نہیں، کوئی برائی نہیں، نیکی بدی، فرشتے شیطان، اندھیرا اجالا سب ایک ہی ہے، یہ سب کھیل تماشا خدا نے ویسے ہی بنایا ہوا ہے۔

روحانیت کی ایک کتاب تذکرہ غوثیہ میں یہ قصہ بھی درج ہے کہ ایک دن حضرت موسیٰؑ اللہ کو ملنے کوہ طور پر جا رہے تھے کہ راستے میں شیطان ملا اور پوچھا کہ اے موسیٰ کہاں جا رہے ہو؟ حضرت موسیٰؑ کے جواب دینے پر کہنے لگا کہ اللہ سے میری طرف سے ایک سوال پوچھنا کہ دنیا میں سب لوگ مجھے گالیاں دیتے ہیں اور الزام لگاتے ہیں کہ میں نے فلاں کو بہکایا اور فلاں کو پھسلایا۔ اللہ سے پوچھنا کہ میں نے جو آدم کو سجدہ نہیں کیا تھا تو مجھے کس نے بہکایا تھا؟ حضرت موسیٰ یہ سن کر حیران رہ گئے۔ جب کوہ طور پر پہنچے تو اللہ تعالیٰ سے کہنے لگے کہ راستے میں وہ (یعنی شیطان) ملا تھا اور یہ سوال پوچھتا تھا؟ اللہ تعالیٰ کہنے لگا کہ اس کی باتوں پر دھیان مت دو وہ سڑی ہے۔ یہ قصہ اگر آپ کسی سیدھے سادھے مسلمان کو سنائیں تو اس کا دماغ خراب ہونا اور سوچ میں پڑنا لازمی ہے کہ واقعی یہ کیا تماشہ ہے۔ اس کا جواب اوپر دیا جا چکا ہے کہ یہ دنیا ایک امتحان گاہ ہے اور اس کے لیے برائی اور شیطان کا ہونا، لازم ہے۔ ورنہ اتنے بڑے بڑے پیغمبر اور رسول آئے کیا ان کے لیے ممکن نہ تھا کہ شیطان کو ختم ہی کر دیتے؟

مغرب کے روحانیت والے بھی یہی اللہ کے تماشے کا سوال کرتے ہیں۔ کسی روحانیت والے کے پاس اس کا جواب نہیں ہے مگر قرآن پاک میں سورۃ الانعام (161) میں لکھا ہے:

''اور اسی نے تم کو نائب کیا ہے زمین میں اور بلند کر دیے تم میں درجے ایک کے ایک پر تا کہ آزمائے تم کو اپنے دیے ہوئے حکموں میں اور تیرا رب جلد ہی عذاب کرنے والا ہے اور وہی بخشنے والا مہربان ہے''

★ یہ بھی مت بھولیں کہ روحانیت انہی سوالوں جوابوں میں نہیں ہے۔ روحانیت خود سے خدا تک لے جاتی ہے۔ دنیا میں جو بھی پیغمبر آئے اور انہوں نے جو معجزات دکھائے وہ سب صلاحیتیں گو ہم میں موجود ہیں چاہے وہ بہت ہی کم تر درجے میں ہیں لیکن موجود ضرور ہیں۔

حضرت ابراہیم کو آگ نہ جلا سکی، آج کل آگ پر چلنے والے ہر ملک میں موجود ہیں۔ آپ ان کی دستاویزی فلمیں دیکھ سکتے ہیں۔ حضرت داؤد کے ہاتھ میں لوہا موم ہو جاتا تھا، اب

سائنسدانوں نے معلوم کیا ہے کہ 10 فیصد لوگ اس صلاحیت کے مالک ہیں. حضرت سلیمانؑ ہوا میں اڑتے تھے، سب کو معلوم ہے کہ صوفی اور دوسرے فقیر بھی ہوا میں اڑ لیتے ہیں. حضرت عیسیٰؑ نے مریضوں کا علاج کیا، اب دنیا میں مجھ جیسے گنہگار بھی بغیر دوا کے مریضوں کا علاج کر لیتے ہیں.

مسلمان وہ واحد قوم ہے جو بغیر دیکھے ماننے والے لوگ ہیں اور یہ ایمان کا سب سے اونچا درجہ ہے، چنانچہ صاحب ایمان یہ سب کچھ کر سکتا ہے. اگر کل کرامات ہوتی تھیں تو آج بھی ہونگی. یہ سب روح کی صلاحیت ہے، روح نے یہ صلاحیت نہیں کھوئی یہ سب پیغام یقین کامل میں موجود ہے جو اسلام میں توکل اللہ کی صورت میں انتہائی بلندیوں تک جاتا ہے.

اس دنیا کا اصول ہے کہ اگر منزل سو قدم کے فاصلے پر بھی ہے تو سچائی اور ایمانداری کی راہ پر چلتے ہوئے اگر آپ پہلے نوے قدم گرتے بھی رہتے ہیں تو آخری دس قدم میں کھڑے ہو جائیں گے لیکن برائی اور جھوٹ کی راہ سے آپ چاہے پہلے نوے قدم بھاگتے ہوئے بھی چلے جائیں، مگر آخری دس قدم میں آپ کو گرنا ہی ہے. اس اصول کو پکا کر کے اپنے پلے باندھ لیجئے بہت سے مسائل حل ہو جائیں گے.

آج کل لوگ یہ بھی کہتے ہیں کہ صرف حرام خور، راشی، ذخیرہ اندوز، نوسر باز اور دھوکے باز (فراڈیئے) ہی ترقی کر رہے ہیں اور یہ لوگ نجانے کہاں کہاں سے ایسی مثالیں نکال لاتے ہیں کہ فلاں اتنے برسوں سے حرام کھا رہا ہے اور موج کر رہا ہے اس کو کوئی سزا نہیں ملتی. گو یہ لوگ یہ بھی مانتے ہیں کہ اکثر غلط کام کرنے کی سزا انسان کو مل جاتی ہے. بہرحال اس بات کا جواب یہ ہے کہ تقریباً سب لوگ اپنے کرتوتوں کی سزا اس دنیا میں ہی بھگت کر جاتے ہیں. بیماریوں، پریشانیوں، اولاد کی خرابی اور سینکڑوں صورتوں میں ان کو اپنے کرتوتوں کی سزا مل رہی ہوتی ہے، صرف ہم لوگ ان کی جگہ (ان کے جوتوں میں کھڑے ہوئے بغیر) ان کی مشکلات دیکھ نہیں سکتے.

ایک دانا کا قول ہے کہ خوشیاں سب کی اکٹھی ہوتی ہیں اور غم آپ کا اکیلا ہوتا ہے. پھر بھی ایک آدھ دانہ جو سزا سے بچ جاتا ہے اس کی وضاحت میں ایک لطیفہ عرض ہے کہ:

ایک صاحب کو مرنے کے بعد جنت میں بھیج دیا گیا. وہ صاحب دنیا میں بڑے رنگین مزاج اور شرابی تھے. جنت میں زندگی انہیں بڑی بے کشش (بور) لگی کہ وہاں کچھ باریش حضرات تسبیح پھیرتے نظر آئے اور کچھ حوریں میک اپ وغیرہ کرتی ملیں. لیکن انہیں ایکسائٹمنٹ Excitement والی کوئی چیز نہ ملی. وہ آگے پیچھے ہر طرف پھرتے رہے. ایک دن جنت کے

کنارے اور دوزخ کے قریب جا پہنچے تو وہاں عجب سماں نظر آیا. کیا دیکھتے ہیں کہ شراب و شباب کی محفلیں جمی ہوئی ہیں، رقاصائیں ناچ رہی ہیں اور نوٹ نچھاور کیے جا رہے ہیں. ڈھول باجے بجائے جا رہے ہیں اور تماش بین گاؤ تکیے لگائے ہوئے محظوظ ہو رہے ہیں.

وہ صاحب بیٹھے دیکھتے رہے، دوسرے دن پھر وہاں گئے تو وہی سماں تھا، تیسرے دن انہوں نے مطالبہ کیا، بھوک ہڑتال شروع کر دی کہ مجھے دوزخ میں بھیجو. اللہ تعالیٰ نے پوچھا کہ کیوں جانا چاہتے ہو یہ بہتر جگہ ہے، مگر وہ اپنی بات پر بضد رہے. آخر تنگ آ کر اللہ تعالیٰ نے فرشتوں کو حکم دیا کہ اس کو کچھ عرصے کے لیے دوزخ میں لے جاؤ. وہ صاحب بڑے خوش خوش ساتھ چلے، مگر دوزخ میں پہنچتے ہی وہاں کے فرشتوں نے انہیں پکڑ کر الٹا لٹکا دیا. آگ کی زنجیریں پہنا دیں اور کوڑے برسانا شروع کر دیئے. وہ صاحب خاصے پریشان ہوئے اور لگے چیخیں مارنے کہ مجھے کہاں لے آئے، دوزخ میں لیکر چلو. فرشتے بولے یہی دوزخ ہے. تو وہ صاحب پوچھنے لگے وہ شراب و شباب کی محفل، بینڈ باجا، وہ سب دھوم دھام اور شرفاء کیا تھا؟ فرشتے کہنے لگے. وہ دوزخ کا ایڈورٹائزنگ ہال (Advertising Hall) تھا.

بس جناب! یہ چند لوگ جو آپ کو اس دنیا میں غلط کام کرنے کے باوجود سزا سے محفوظ نظر آتے ہیں وہ شیطان کا اشتہار ہیں ورنہ سب لوگ ہی برائیاں ترک کر دیتے، مگر اللہ نے بھی سب کا بندوبست کر رکھا ہے. جس کو دنیا میں سزا نہیں ملے گی آخرت میں لازمی ملے گی. اس اصول کا ٹوٹنا ناممکن ہے.

لوگ یہ بھی کہتے ہیں کہ روح کے کرتوتوں کی سزا جسم کو کیوں ملے گی، یہ آگ میں کیوں جلایا جائے گا یا جو لوگ دفن نہیں ہوئے ان کو سزا و جزا، منکر نکیر کیا کریں گے. بات یہ ہے کہ سزا تو روح کو ہی ملنے والی ہے اور آگ کی سزا کی مثال بھی سادے لوگوں کے لیے ہے. روح کی تکلیف جسم سے زیادہ ہوتی ہے. جسمانی تکلیف تو انسان برداشت بھی کر لیتا ہے. آپ کسی آدمی کو مسمرائیز (Hypnotise) کر کے اس کا ہاتھ لائٹر سے جلائیں. اسے کچھ محسوس نہیں ہوگا. کچھ ڈاکٹرز اسی کیفیت میں بڑے بڑے پیچیدہ آپریشن کر لیتے ہیں. اصل تکلیف روح کی ہی ہوتی ہے، وہ تکلیف ہمارے خواب و خیال سے بھی باہر ہے. آج کل ہمارے عالموں کی فرقہ بازیوں اور ملا کے کرتوتوں کی وجہ سے اور ویسے بھی، کافی سارے لوگ دہریے ہو چکے ہیں. وہ مذہب کی باتوں اور سزا و جزا کو نہیں مانتے یہ لوگ عموماً مغرب کے دانشوروں اور فلاسفروں کو مانتے ہیں.

ان لوگوں سے عرض ہے کہ مغرب کے دانشور اور فلاسفر بھی یہی کچھ کہتے ہیں اور ان کے پیغبروں نے بھی یہی کچھ کہا ہے، کسی طرف تو آیئے۔ اسلام سے پہلے اللہ تعالیٰ نے دنیا کے ہر خطے میں نبی اور پیغمبر بھیجے۔ گو ہم انہی پیغمبروں کو مانتے ہیں جن کے اسماء مبارکہ قرآن میں موجود ہیں۔ سب خطوں کے پیغمبروں نے لوگوں کو بھلائی اور انسانیت کا پیغام دیا۔ مگر ایک تو اس وقت لوگوں کی ضروریات محدود تھیں اور دنیا چھوٹی تھی، پھر اللہ نے مثال پیش کرنی تھی۔ ان پیغمبروں کے پیروکاروں نے آگے طرح طرح کے عقیدے اور رسم و رواج بنا لیے۔ کوئی چنی ہوئی قوم کہلوانے لگ پڑا، کوئی دو خداؤں کے چکر میں چلا گیا، کوئی خدا کے بیٹے، بیٹی اور اوتار کے چکر میں پڑ کر توحید کی نفی کر گیا۔ کچھ بار بار مرنے اور جینے کے چکروں میں پڑے رہے اور کچھ (فرعون و نمرود وغیرہ) خود خدا بن بیٹھے۔ جوا، سود، شراب اور کئی دوسری برائیاں بھی لوگوں نے رائج کر لیں۔

یہ سب کچھ عملی طور پر دکھانے کے بعد جب پورا ہاتھی دیکھنے کا وقت آیا تو ہادی برحق، سپہ سالار لشکر انبیاء، فخر موجودات، خاتم النبین رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کو مکمل پیغام کے ساتھ بھیجا گیا۔ اب اندھوں کی نگری کا ہاتھی کھلے میدان میں چنگھاڑ رہا تھا اور ساری دنیا اسے حیران و ششدر دیکھ رہی تھی۔ اس سے پہلے یہ ہاتھی صرف اندھوں نے ہی چھو کر دیکھا تھا۔ کسی نے صرف سونڈ چھوئی تھی کسی نے کان، ٹانگ یا پیٹ ہی چھو کر دیکھا تھا۔ (مولانا روم نے یہ مثال اپنی مثنوی میں دی ہے)

آزادی بھی کچھ پابندیوں کا نام ہے جو پوری طرح اسلام میں موجود ہیں۔ یہی بات مغرب میں لوگوں کو سمجھ نہیں آ رہی ہے۔ آزادی ہی سب سے خطرناک چیز ہے۔ ہر کوئی اس کا تعین اپنی نظر اور ضروریات کے تناسب سے کرتا ہے۔

زندگی بھی عجیب چیز ہے۔ کہتے ہیں کہ چین میں ایک فلاسفر چنگ لاؤ تزو ہوا ہے تھا جو کنفیوشش کا ہم عصر تھا۔ کنفیوشش اس وقت نوجوان تھا، وہ کچھ مسئلے لیکر چنگ کو ملنے کے لیے گیا، جو اس وقت اپنے ڈیرے کے باہر بیٹھا سورج نکلنے کا نظارہ کر رہا تھا۔ چنگ اس کی باتیں سن کر کہنے لگا کہ میرے پاس تمہارے سوالوں کا جواب نہیں ہے، میں اس وقت سوچ رہا ہوں کہ کل رات میں نے ایک خواب دیکھا جس میں میں تتلی بن کر پھولوں کے بیچ میں اڑ رہا تھا اور میں خود کو تتلی ہی سمجھ رہا تھا، پھر آنکھ کھل گئی۔ اب میں یہ سوچ رہا ہوں کہ کہیں یہ تو نہیں کہ میں دراصل تتلی

ہوں جو خواب میں خود کو انسان سمجھ رہی ہے۔

زندگی کو غور سے دیکھا جائے تو اسی طرح ہے رسول پاک ﷺ نے بھی زندگی کو سونے والے کا خواب کہا ہے۔ قرآن میں بھی ایسے ہی کہا گیا ہے۔ سائنسدانوں نے بے شمار لوگوں پر تجربات کیے جو موت کے قریب جا کر واپس آئے تھے یا جیسے مر کر پھر زندہ ہوئے تھے۔ ان سب نے ایک دلچسپ بات بتائی کہ مرتے وقت ایک سیکنڈ کے اندر اندر ان کی ساری زندگی کے واقعات فلم کی طرح سب سامنے آ گئے۔ عام لوگوں کو یہ بات سمجھ نہیں آئے گی کہ ایک سیکنڈ کے اندر اندر وہ اتنی بہت سی چیزیں کیسے دیکھ سکتے ہیں۔ مگر درحقیقت انسان کے دماغ میں ایک چھوٹا سا حصہ ایسا ہے جس میں یہ سب کچھ سٹور ہوتا رہتا ہے، پھر زمان و مکان کی اہمیت ہر جگہ ایک سی نہیں، رسول پاک ﷺ کا معراج پاک اس کی واضح مثال ہے کہ ایک رات (بلکہ اس سے بھی کم وقت) میں آپ مسجد اقصیٰ، جنت، دوزخ اور سب کچھ دیکھ کر واپس آ گئے۔

زندگی کی حقیقت یہی ہے مگر اس ایک دن کی زندگی کی خاطر ہم کیا کیا خرابیاں نہیں کرتے دوسرے کا حق مارنا، حرام کی کمائی، زیادتیاں، ظلم و تشدد، سینکڑوں دوسرے ایسے غلط طریقے استعمال کر رہے ہیں جو شیطان کے تصور میں بھی نہیں آ سکتے۔ مگر یاد رکھیں کہ لاعلم یا سمجھ نہ رکھنے والے کے لیے معافی ہے پڑھے لکھے کے لیے کوئی معافی نہیں ہے۔ اسلام ایک سچا، سیدھا سادہ اور مکمل مذہب ہے۔ اس میں بہت کچھ واضح طریقے سے بتایا گیا ہے۔ لیکن قصور ہمارے علماء کا ہے جو لوگوں کو یہ نہیں بتا پائے یا خود انہیں ہی اس کی سمجھ نہ آ سکی۔ میں اس بارے میں لمبی بحث میں نہیں جاؤنگا، سیدھی سادی سی بات یہ ہے کہ اسلام کے دو حصے ہیں۔

ایک حقوق اللہ اور دوسرا حقوق العباد ہے۔

حقوق اللہ میں اسلام کے پانچ بنیادی ارکان شامل ہیں۔ (۱) توحید، (۲) نماز (۳) روزہ (۴) زکواۃ، (۵) حج۔ اسی طرح ایمان بھی اسی زمرے میں آتا ہے، جس میں اللہ تعالیٰ پر، رسولوں پر فرشتوں پر، الہامی کتابوں پر اور قیامت پر ایمان لانا لازمی ہے۔ حقوق العباد میں ہمارے بیوی بچوں، ماں باپ، بہن بھائی عزیز و اقارب، دوستوں پڑوسیوں اور دوسرے سب لوگوں جن سے ہمارا کسی نہ کسی طرح واسطہ ہے، کے حقوق شامل ہیں۔ اس میں مالک و ملازم اور آپ کے ملک اور اس کے شہریوں کے بھی حقوق شامل ہیں۔

حدیث پاک میں ہے کہ قیامت کے دن اللہ تعالیٰ اپنے حقوق تو معاف کر دے گا اگر اس

کی مرضی ہوئی لیکن اگر کسی نے کسی بشر کے ساتھ زیادتی کی ہوگی تو جب تک وہ مظلوم اسے معاف نہیں کرے گا، خدا کی طرف سے بھی معافی نہیں ہوگی۔

لیکن اس سے یہ مطلب نہ لیا جائے کہ جو کچھ اللہ نے ہم پر فرض کیا ہے اسے پورا نہ کیا جائے، یقیناً یہ فرائض پہلے ہیں۔ لیکن ہمارے ہاں لوگ (اور ملا) حقوق اللہ کو نوے فیصد اہمیت دیتے ہیں اور انہیں پورا کرنا بھی اللہ پر احسان سمجھتے ہیں اور حقوق العباد کو محض دس فیصد اہمیت دیتے ہیں۔

حالانکہ حقوق العباد کی نوے فیصد اہمیت ہے۔ اصل جہاد تو مسجد سے نکل کر ہی شروع ہوتا ہے۔

اسلام حقوق العباد کا ہی نام ہے۔

* اگر ہمارے لوگ رزق حلال کمائیں، حقوق اللہ اور حقوق العباد کی پاسداری کریں اور یقین مضبوط رکھیں تو اللہ خود ہی انکا ہاتھ پکڑ کر اپنے قریب لے آئے گا۔ مولوی صاحبان کو حقوق العباد پر باتیں کرتے ہوئے شاذ و نادر ہی سنا ہے کیونکہ ان کا خیال ہے کہ نماز آپ ان کے پیچھے پڑھتے ہیں بس یہی اہم ہے "انکا کاروبار یہی ہے" وہ خود حقوق العباد کا خیال کریں تو پھر دوسروں کو بتائیں، یہ ایک علیحدہ بات ہے کہ قول و فعل کا تضاد ہو تو بات میں وزن کہاں سے آئے گا۔ بابا بلھے شاہ اسی پر کہتا ہے:

"علم پڑھیا عمل نہ کیتا، تیرے کس کم کیتیاں واجاں"

یعنی جو پڑھا اس پر عمل نہ کیا تو اب تمہارے واعظ دوسروں پر کیا اثر کریں گے۔

رسول پاک ﷺ نے اس کی بڑی سادہ سی عملی مثال دی تھی۔ ایک عورت آپ کے پاس اپنے بچے کو لے کر آئی اور حضور پاک ﷺ سے کہنے لگی کہ میرا بیٹا گڑ بہت کھاتا ہے۔ اسے سمجھائیں کہ گڑ کم کھایا کرے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا، کچھ دنوں کے بعد میرے پاس آنا۔ وہ عورت چند دنوں کے بعد پھر اپنے بچے کے ساتھ آپ کے پاس آئی تو اس دفعہ آپ ﷺ نے لڑکے سے صرف اتنا فرمایا کہ تم گڑ کم کھایا کرو، تمہاری ماں پریشان ہوتی ہے۔ آپ ﷺ اتنا فرما کر پھر اپنے کام میں مصروف ہو گئے۔ وہ عورت پریشان سی ہو کر پوچھنے لگی کہ اتنی چھوٹی سی بات تھی تو آپ ﷺ اسی دن فرما دیتے، مجھے اتنی دور سے دوبارہ آنا پڑا ہے۔ آپ ﷺ نے جواب دیا "پہلے جب تم آئی تھیں تو اس دن میں نے گڑ کھایا ہوا تھا میں اسے کیسے کھانے سے روکتا، اس

دن سے آج تک میں نے گڑ نہیں کھایا، اس لیے اسے بھی ایسا کرنے کو کہا ہے۔"

(یہی مثال کچھ علماء حضرت علیؓ اور امام ابو حنیفہؒ سے منسوب کرتے ہیں)

* یہ بظاہر چھوٹی اور سادہ سی مثال ہے مگر سمجھنے والے کے لیے بڑے وسیع معنوں کی حامل ہے۔ آپ ہر چیز میں اس پر عمل کر سکتے ہیں۔ اصول یہ ہے کہ دل سے نکلی ہوئی بات دل تک جاتی ہے اوپر سے کہی ہوئی بات ضائع ہو جاتی ہے۔

ہمارے علماء کرام خود صحیح ہو کر پھر لوگوں کو وعظ کریں تو پھر دیکھیں کہ لوگوں پر کیسے اثر نہیں ہوتا۔ پھر اگر ہمارا کردار ہی صحیح نہیں تو ہم دوسروں کو کیا مسلمان کریں گے۔ دوسرے محض ہماری نماز دیکھ کر تو مسلمان ہونے سے رہے۔ ہمارا خطہ روحانیت کے لیے بڑا موزوں ہے۔ لوگوں میں اس شوق کا اندازہ صوفی شعراء سے لگایا جا سکتا ہے جو یہاں انتہائی مقبول ہیں۔ یہاں کی پرانی زبان فارسی میں، فردوسی، سعدی، حافظ، عطار، سنائی، رازی، ابوالخیر، امیر خسرو، بوعلی قلندر، مولانا روم بڑے ناموں میں سے ہیں۔ ہندی شاعری میں بھگت کبیر، رامانند، ری داس، سکھا، سائیں، مشہور نام ہیں۔ پنجابی شاعری میں بابا بلھے شاہ، میاں محمد بخش، سلطان باہو ہیں۔

اردو کی دو سو سالہ تاریخ میں صدیوں کے اس خلا کو علامہ اقبال صاحب نے پر کیا ہے۔ سادہ سے لہجے میں بڑے کام کی باتیں کہیں ہیں۔

اپنے من میں ڈوب کر پا جا سراغ زندگی
تو اگر میرا نہیں بنتا نہ بن اپنا تو بن
من کی دنیا سوز و مستی جذب و شوق
تن کی دنیا سود سودا مکر و فن
من کی دولت ہاتھ آتی ہے تو پھر جاتی نہیں
تن کی دولت چھاؤں ہے آتا ہے دھن جاتا ہے دھن
من کی دنیا میں یہ نہ پایا میں نے افرنگی کا راج
من کی دنیا میں نہ دیکھے میں نے شیخ و برہمن
پانی پانی کر گئی مجھ کو قلندر کی یہ بات
تو جھکا جب غیر کے آگے نہ من تیرا نہ تن

علامہ اقبال نے مولانا روم کو اپنا پیر مانا ہے۔ روحانی شاعروں کے اس قافلے کے سرخیل اور

رہنما مولانا جلال الدین رومی ہیں. جو ابدال بھی تھے. پھر ترقی کرتے چلے گئے. ان کا یہ شعر اس بات کا پتہ دیتا ہے.

ایں زمان ابدال گشتم اربعین
برطریق منزل دنیا شدم

ترجمہ: اب چالیس ابدالوں میں سے ایک ابدال ہوں اور دنیا کی منزلیں طے کر رہا ہوں.

مثنوی روم (دیوان شمس تبریز) ان کے کلام کا سب سے بڑا مجموعہ ہے. دنیا میں کوئی بھی ادب (ماسوائے الہامی کتب) اس اعلیٰ پائے کی شاعری اور علمی و روحانی نکات نہیں پیش کر سکا. کچھ لوگوں کو علامہ اقبال کو روحانی شخصیت ماننے سے انکار ہوگا. مگر بات یہ ہے کہ ان کی شاعری کا محور عام موضوعات کے علاوہ روحانیت تھا جو انہوں نے اب تک کی اردو تاریخ میں سب سے بہتر اور اچھے طریقے سے کیا. اگر آپ کسی ولی میں ولی کامل تلاش کر رہے ہیں تو ایسا شاذ و نادر ہی ہو سکتا ہے. اس کتاب میں بھی علامہ صاحب کے کچھ اردو اشعار موجود ہیں کیونکہ میں لوگوں پر فارسی، روحانی اشعار کی ''چاند ماری'' (گولہ باری) نہیں کرنا چاہتا. فارسی میں یہ کام بڑے وسیع پیمانے پر ہوا ہے. اس کے علاوہ ایران کے سکولوں کی درسی کتابوں میں بھی اقبال کی شاعری موجود ہے.

ہمارے ملک کا ایک المیہ یہ بھی ہے کہ عالم ہیں تو علم لوگوں سے چھپاتے ہیں. اگر پہلوان ہو تو داؤ حتیٰ کہ یہاں تک دیکھا گیا ہے کہ گجروں (گوالوں) کے پاس اچھی بھینس ہو تو ان کے ''کٹے'' (بھینس کا بچہ) ذبح کر دیتے ہیں. تا کہ وہ نسل دوسروں تک نہ پہنچ جائے.

روحانیت میں جس کے پاس کچھ آ جاتا ہے تو وہ اسے کاروبار میں استعمال کرنے لگ جاتا ہے. یعنی اس کی نظر مریدوں کی جیب سے اوپر نہیں جاتی. پھر اس کی کوشش یہ ہوتی ہے کہ مریدان پر ہی انحصار کرتا رہے اور خود کفیل نہ ہونے پائے، ہر کام کے لیے ان کے پاس ہی بھاگا آئے. اور اس سے بڑا المیہ یہ ہے کہ جن کے پاس کچھ روحانی علوم آ جاتے ہیں، ان کو اس کے صحیح استعمال کا پتہ نہیں ہوتا. اگر کوئی ان کے پاس آ جائے، تو اسے چھڑی مار دیتے ہیں. ہر امیر بڑے یا بڑی کو دعا دے دی کہ اس نے ان کے پاس آ کر عاجزی دکھائی ہے. یا ان کے پاس آ کر ان کی ''شان'' یا کاروبار بڑھایا ہے. چاہے آنے والا بڑا ''خبیث'' ہی کیوں نہ ہو.

ہم لوگوں کے کام کاج کا انحصار محنت کرنے، مسائل کو سمجھنے اور حل کرنے کے بجائے عموماً محض دعا پر ہی ہوتا ہے حالانکہ ہمیں ساتھ اونٹ کا گھٹنا باندھنے (سبب کرنے) کا حکم بھی ملا ہے، جو عملی دنیا کی لوازمات میں سے ہے. فن تیراکی سے نابلد شخص کے نہر میں ڈوبتے شخص کے لیے خود نہر میں چھلانگ کا نتیجہ یقیناً ٹھیک برآمد نہیں ہوگا. اس میں کئی غلطیاں ہو سکتی ہیں. یعنی یہ کہ اگر بچانے والا خود ماہر نہ ہو تو وہ ڈوبنے والے کو کیا بچا پائے گا بلکہ مفت میں تکلیف اٹھائے گا یا یہ بھی ہو سکتا ہے کہ دونوں ڈوب جائیں. سمجھداری کا تقاضا تو یہ ہے کہ اگر وہ ماہر نہیں ہے تو دوسرے لوگوں کو مدد کے لیے بلائے. بجائے اس کے کہ خود چھلانگ لگا کر وقت ضائع کرے اور خطرہ مول لے.

پھر اگر اس نے اسے بچا بھی لیا، تو چند دن کے بعد بچانے والا دوبارہ جا رہا ہے اور دیکھے کہ وہی شخص دوبارہ کہیں ڈوب رہا ہے تو اب بچانے والا کیا کرے، جبکہ ڈوبنے والا ہی ہر دفعہ بے وقوفی کرتا ہے اور آ بیل مجھے مار والی بات کرتا ہے. پہلی بار بچانے کے بعد صحیح طریقہ یہ تھا کہ اسے سمجھایا جاتا کہ وہ تیرنا سیکھ لے. یا اگر یہ نہیں کر سکتا تو پانی کے قریب نہ جایا کرے.

اسی طرح آپ کہیں جا رہے ہوں اور آپ دیکھیں کہ آپ کا کوئی عزیز کسی سے لڑ رہا ہو اور اس کی پٹائی ہو رہی ہو. اب آپ بچانے جائیں، تو ہو سکتا ہے کہ آپ کی بھی درگت بن جائے. کسی دوسرے کا سر کھول کر خود پر مقدمہ (Case) کروالیں. اور آپ کا وہی عزیز کل پھر کسی دوسرے سے لڑ رہا ہو.

روحانیت میں اگر کوئی شخص کوئی مسئلہ لے کر کسی کے پاس آتا ہے. تو سب سے بڑا کارنامہ یہی سمجھا جاتا ہے کہ اس کا مسئلہ کس طرح دعا یا تعویذ وغیرہ کے ذریعے حل کر دیا جائے (اس طرح وہ شخص صرف دعاؤں پر انحصار کرنے لگے گا) حالانکہ اس کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ اس کے مسائل کی وجہ بھی معلوم کی جائے اور اس کا معقول حل تلاش کیا جائے پھر بھی کام نہ ہو تو اس کے لیے دعا کی جائے.

مزید احسن طریقہ یہ ہے کہ شاگرد یا مرید کو اس قابل کر دیا جائے کہ وہ خود ہی اپنے مسائل کا حل تلاش کر سکے. اسے حالات سمجھنے کا شعور دیا جائے.

ہمارے ملک کا کتنا بڑا المیہ ہے کہ اتنے بڑے اور وسائل والے ملک کو صرف دعاؤں سے ہی چلایا جا رہا ہے سبب اور دوسرے طریقوں کو کوئی اہمیت نہیں دی جا رہی. اناڑی کا مدد کرنا ایسے

ہی ہوتا ہے۔ ہماری مار دعاؤں اور تعویذ دھاگوں سے زیادہ نہیں رہی۔ ذاتی مشاہدے میں یہ بات آئی ہے کہ مغربی ملکوں میں ہر جگہ روحانیت (جو تھوڑی بہت وہاں موجود ہے) کا علمی و عملی اعتبار سے توازن رکھا جاتا ہے۔

بیرونی علم کی اہمیت سے انکار کرنا جہالت کے زمرے میں آتا ہے۔ تعلیم کا اصل مقصد دنیا کو سمجھنے، اس کی قدر پہچاننے تعلیم کا ہی کام ہے۔ پھر ایسی مشینیں بنانا جو انسانی جسم کے اندر دیکھ کر مرض وغیرہ کا اندازہ لگا لیتی ہیں یا زمین کے اندر تک دیکھ لیتی ہیں تاکہ انسان بیکار کھدائی نہ کرتا پھرے۔ پھر کمپیوٹر، جہاز وغیرہ بیرونی علم کا ہی صلہ ہیں۔ بیرونی علم کے لیے سکول، یونیورسٹیاں وغیرہ سب کے لیے پیسہ لازمی ہے۔ ہمارے یہاں (بلکہ ساری اسلامی دنیا میں) روحانیت اور پیسہ یا کاروبار دو متضاد چیزیں سمجھی جاتی ہیں۔

جبکہ اسلام کی رو سے دوسروں کے ٹکڑوں پر پلنا حرام ہے۔

یہی چیز بنیادی طور پر علماء اور صوفیاء میں مخالفت کا بڑا سبب رہی ہے۔ دراصل صوفی (یا سالک) اس کوشش میں ہوتا ہے کہ ہر طرح کے جھنجھٹوں سے آزاد رہ کر اپنی پوری توجہ روحانیت پر صرف کرے اس لیے انہیں روپے پیسے کے جھنجھٹ میں نہ پڑنے کا کہا گیا ہے۔

صوفیاء کے سرخیل حضرت عبدالقادر جیلانیؒ نے شراکت پر کاروبار کر رکھے تھے۔ اسی طرح کئی اور صوفیاء کے روزگار کا کوئی نہ کوئی ذریعہ ہوتا تھا۔ حضرت عثمان غنیؓ اور حضرت عبدالرحمٰنؓ بن عوف جیسے دولتمند تاجروں نے اسلام کی بے انتہا مدد کی تھی۔ حضرت ابوحنیفہ کا وسیع کاروبار تھا۔ پھر پرانا دور اور تھا، امیر لوگ یا شہنشاہ روحانی لوگوں کے لنگر پانی کا خیال رکھتے تھے اور وہ لوگ ہر طرف سے بے فکر ہو کر اپنا پورا دھیان روحانیت پر لگاتے تھے اور اس میں جلد ترقی کرتے تھے۔ ان کی ترقی کا اثر سارے معاشرے پر بڑے مثبت طریقے سے پڑتا تھا اور ان پر جو خرچ ہوتا تھا وہ اس طریقے سے (مثبت اثرات چھوڑنے کا طریقہ) وہ قرض واپس لوٹاتے تھے۔ ہمیں روپے پیسے کی اہمیت سے انکار نہیں کرنا چاہئے، مسجدوں کو بنانے، چلانے، لوگوں کو تعلیم دینے، ملک کی حفاظت کرنے، امن و امان برقرار رکھنے، ہسپتال بنانے، کالج یونیورسٹیاں بنانے اور چلانے، ہر کام میں پیسہ درکار ہوتا ہے۔

مسلمانوں کو بڑا عرصہ اس جہالت میں رکھا گیا ہے کہ پیسہ کمانا اور کاروبار جمانا مسلمانوں کا کام نہیں ہے۔ پیسے میں کوئی برائی نہیں ہے لیکن اس کا غلام بن جانا اور اس کے لالچ میں پڑنا غلط

ہوتا ہے۔ انگریزی کی ایک پرانی کہاوت ہے۔ Mony is the best slave but the worst master (دولت بہترین غلام لیکن بدترین آقا ہے۔) پیسہ کمائیں اور اسے لوگوں کی مدد اور نیک کاموں کے لیے خرچ کریں، پیسے سے پیار مت کریں۔

اسلام کا اصل پیغام یہ ہے کہ مال و دولت اور اولاد کو اللہ سے زیادہ پیارا نہ رکھا جائے، ورنہ وہ فتنہ بن جائے گی۔

صوفیاء کا کام اور ہے کاروباری اور سیاسی رہنما کا کام مختلف اور فوج کا کام مختلف ہے۔ بادشاہ کا کام امن و امان برقرار رکھنا اور ملک کی حفاظت کرنا ہے، ہر آدمی کا اپنے پیشے کو صحیح طریقے سے سمجھنا اور ادا کرنا بھی اس کی عبادت ہے، ہر آدمی کو صوفی کی نقل نہیں کرنی چاہیے۔

اس کتاب میں آپ کو روپے پیسے اور دنیاوی کام کاج کی باتیں اور مثالیں کافی نظر آئیں گی۔ اس کتاب کو لکھنے کا میرا مقصد یہی ہے کہ قارئین کو یہ باور کروایا جائے کہ مسلمان کو عملی دنیا ہرگز نہیں چھوڑ دینا چاہیے۔ بلکہ اس دنیا میں سرگرم عمل رہتے ہوئے اپنی روحانی صلاحیتوں کو اجاگر کرنا اور ان کو اپنی اور دوسرے انسانوں کی بہتری کے لیے استعمال کرنا ہی اصل روحانیت ہے۔ اس کو آپ Mysticism in Action یعنی ''عملی تصوف'' بھی کہہ سکتے ہیں۔

یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ بھوک اور افلاس جرائم کی ماں ہے۔ گویا زیادہ امیری بھی برائی کی طرف لے جاتی ہے۔ لیکن اگر ایک بھوکے سے پوچھا جائے کہ دو اور دو کتنے ہوتے ہیں تو وہ چار روٹی ہی کہے گا۔

بھوکے سے یہ پوچھنے کی ضرورت نہیں ہے کہ عقل بڑی یا روٹی؟

پیٹ روٹی سے ہی بھرتا ہے۔ روحانیت یا دانشمندی کی باتوں سے نہیں۔

بھوکے کا مذہب روٹی ہوتا ہے۔

پھر آپ نے وہ مثال تو سنی ہوگی کہ ایک بدو سفر پر جا رہا تھا۔ اس نے دیکھا کہ ایک عالم پیدل چلا جا رہا ہے۔ اس نے عالم کو اونٹ پر بٹھا لیا۔ اس بدو نے ایک طرف بوری میں گندم لاد رکھی تھی اور دوسری طرف وزن برابر کرنے کے لیے ریت کی بوری لادی ہوئی تھی، عالم نے یہ دیکھ کر بدو کو مشورہ دیا کہ تم گندم کی بوری میں سے آدھی گندم ریت کی بوری خالی کر کے اس میں ڈالو اور اس طرح اونٹ خواہ مخواہ مشقت کرنے سے بچ جائے گا۔

بدو نے یہ بات سن کر اس پر عمل کیا اور پھر عالم کی باتیں بڑی توجہ سے سننے لگا۔ کچھ دیر کے

بعد اس کی عالمانہ باتوں سے متاثر ہو کر بولا ''تم تو بڑے عقلمند آدمی ہو تمہارے پاس تو مال، مویشی، نوکر چاکر، دولت سب کچھ بافراط ہوگا'' اس پر عالم بولا کہ ''نہیں میرے پاس تو کچھ بھی نہیں، لوگ جو کچھ دیتے ہیں کھا پی لیتا ہوں کل کی کوئی خبر نہیں ہوتی نہ پیسہ ہے نہ گھر بار''۔ یہ سب سن کر بدو بری طرح بدکا، عالم کو فوراً اونٹ سے اتارا، دو تین چابک بھی مارے اور کہنے لگا کہ ''اپنے علم کو لے کر یہاں سے دفع ہو جاؤ یہ نہ ہو کہ مجھ پر تمہارا سایہ پڑ جائے اور میں بھی تمہاری طرح بھوکا اور منگتا عالم نہ بن جاؤں۔'' اور خود اونٹ بھگا کر وہاں سے چل دیا.

مشہور ہے یہ حضرت بابا فرید کہتے ہیں کہ اسلام کے پانچ نہیں بلکہ چھ رکن ہیں، اور چھٹا رکن روٹی ہے. آخر ہمارے علماء کب تک اس حقیقت سے آنکھیں چراتے رہیں گے. ساحر لدھیانوی نے غربت کے بارے میں کہا ہے کہ

آپ بے وجہ پریشان سی کیوں ہیں مادام
لوگ کہتے ہیں تو پھر ٹھیک ہی کہتے ہوں گے
میرے احباب نے تہذیب نہ سیکھی ہو گی
میرے ماحول میں انسان نہ رہتے ہوں گے
نور سرمایہ سے ہے روئے تمدن کی جلا
ہم جہاں ہیں وہاں تہذیب نہیں پل سکتی
مفلسی حس لطافت کو مٹا دیتی ہے
بھوک آداب کے سانچے میں نہیں ڈھل سکتی

ساحر نے ٹھیک ہی کہا ہے کہ غریب کا بچہ پڑھے گا، تہذیب سیکھے گا یا پیٹ کی فکر کرے گا.

حضرت سلیمانؑ نے فرمایا: ''دولت بہت سے دوست پیدا کرتی ہے. مگر مسکین اپنے ہی دوست سے بیگانہ ہے بلکہ مسکین کے بھائی بھی اس سے کینہ رکھتے ہیں.''

اور گورکی کا کہنا ہے کہ غریب آدمیوں کی تو تصویریں بھی اسی وقت چھپتی ہیں جب وہ قانون توڑتے ہیں.

کچھ لوگ غربت اور ہمارے ملک میں غریب کی حالت دیکھ کر یہ بھی کہتے ہیں کہ ''غریب ہونا جرم ہے. بلکہ غربت گناہ ہے''

میرے ذاتی تجربے میں بھی آیا ہے کہ جس کی نظر میں بھوک ہو وہ شخص روحانیت میں ترقی

نہیں کر سکتا (بلکہ مغرب والوں نے بھی یہی نتیجہ نکالا ہے) میں نے اسی لیے اس کتاب میں دنیاوی اور عملی زندگی کے بارے میں بنیادی معلومات دینے کی کوشش کی ہے اور اس میں پیسہ اور کاروبار کے متعلق ہر طرح کی عملی اور روحانی معلومات دی ہیں. گو اصل موضوع روحانیت ہی ہے.

(صحت) شعور اور لاشعور

پرانی کہاوت ہے کہ صحت مند دماغ صحت مند جسم میں ہی ہوتا ہے.

کہاوتیں صرف اسی صورت میں زندہ رہتی ہیں جب ان میں حقیقت ہو.

ایک نئی کہاوت اور سن لیں ''صحت مندی سب سے بڑی نیکی ہے، عقلمند وہی ہے جو صحت مندی میں ہی صحت کی قدر کرے''

آپ کسی چیز کا سودا بھی صحت کی قیمت پر نہیں کریں گے. اگر آپ میں ذرا برابر عقل ہوئی گو کہ غالب نے یہ بھی کہا ہے کہ

تنگدستی اگر نہ ہو غالب
تندرستی ہزار نعمت ہے

وہ بھی سچ کہتے ہیں. اس سے ایک لطیفہ یاد آ گیا، ایران میں ''ملا دو پیازہ'' قسم کی ایک مشہور ہستی تھی. غالباً اس کو خواجہ کہتے تھے.

ایک دن دو آدمی اپنے جھگڑے کا فیصلہ کرانے اس کے پاس آئے. ان میں سے مدعی نے پہلے اپنی بات کہی، جب وہ بات ختم کر چکا تو خواجہ اس سے کہنے لگے تم صحیح کہہ رہے ہو. پھر دوسرے نے اپنے دفاع میں بات کہی تو خواجہ اس سے کہنے لگا کہ تم صحیح کہہ رہے ہو. خواجہ کی بیوی یہ سب کچھ سن رہی تھی. وہ یہ سن کر خواجہ پر برس پڑی (شرفاء اپنی بیویوں کے ہاتھوں ہر دور میں تنگ رہے ہیں) تم اچھے منصف بنے ہو ذرا عقل نہیں ہے پہلے کو بھی تم نے درست کہا دوسرے کو بھی صحیح قرار دیا یہ کیا ہے؟

خواجہ یہ سن کر کہنے لگا ''بھاگوان تم بھی صحیح کہتی ہو''

مکمل سچائی کی تلاش کرنے والے کا حال سچائی کے باب میں ہے. سو فیصد سچائی کے چکر میں نہ ہی پڑیں ورنہ آپ کا حشر بھی عاشقوں جیسا ہوگا.

وائیٹ مین نے کہا ہے کہ صحت کی اہمیت وہی بیان کرسکتا ہے جو لاعلاج مرض کا شکار ہو۔

ایک ولی اللہ نے ہارون الرشید سے سوال کیا کہ اگر تم صحرا میں پھنس جاؤ یا پیاسے مررہے ہوتو تمہیں ایک گلاس پانی ملے جس کی قیمت تمہاری آدھی سلطنت ہوتو کیا تم لے لوگے؟ ہارون الرشید نے کہا کہ ہاں لے لوں گا۔اولیاء اللہ بولے کہ اگر وہ پانی پینے کے بعد تمہارا پیشاب رک جائے اور تمہیں اس کے علاج کی قیمت باقی آدھی سلطنت دیکر ادا کرنی پڑے تو کیا تم وہ علاج کرواؤ گے؟ ہارون الرشید نے کہا ہاں تو اولیاء اللہ بولے یاد رکھو تمہاری ساری سلطنت کی قیمت ایک گلاس پانی ہے۔

اگر اس کہاوت میں پانی کی جگہ دوائی کا گلاس رکھ لیں تو مطلب وہی رہے گا اور دنیا میں بڑی سے بڑی مادی شے کی قیمت اتنی ہی ہے۔ میں نے ارب پتی لوگوں کو بھی لاعلاج کی بیماریوں میں مبتلا دیکھا ہے، اس وقت ان کے نزدیک مادی چیزوں کی اہمیت صفر ہوکر رہ گئی تھی۔

اس باب میں، میں آپ کو صحت کے نفسیاتی اور روحانی اصول بتا رہا ہوں۔

پہلی بات تو یہ ہے کہ آپ کا جسم دنیا کی ہر بیماری کا مقابلہ کرسکتا ہے۔اس میں طاقت ہے کسی بھی بیماری سے صحت یاب ہونے کی، چاہے وہ کینسر یا ایڈز جیسی بظاہر ناقابل علاج بیماریاں ہی کیوں نہ ہوں۔ یہ چیز سائنسدانوں نے بھی مانی ہے۔جسم میں اور درحقیقت روح میں اتنی طاقت موجود ہے کہ جسم ہر بیماری سے صحت یاب ہوسکے۔مغرب میں معمولی سے الیکٹرک کرنٹ کی مدد سے خون کی سب بیماریوں کا علاج کیا جارہا ہے اس میں ایڈز،خون کے کینسر سمیت خون کی ہر بیماری کا علاج شامل ہے۔

آج کل دنیا میں جتنے بھی طریقہ ہائے علاج استعمال ہورہے ہیں۔ان سب کا اصول یہ ہے کہ وہ انسان کے جسم کی قوت مدافعت کو ابھارتے ہیں۔اور پھر وہ بیماری کا مقابلہ کرتا ہے۔

ماڈرن دوائیوں میں عموماً نقلی جراثیم استعمال کئے جاتے ہیں۔(جو اصلی کی طرح نظر آتے ہیں مگر خالی ڈمی (Dummy) ہوتے ہیں)۔جب یہ جسم میں داخل ہوتے ہیں تو جسم کا مدافعتی نظام جو کہ لال اور سفید خلیوں (Cells) پر مشتمل ہے ان کو پہچان لیتا ہے۔پھر اس کے لیے اصلی جراثیم کو پہچاننا اور اسے ختم کرنا آسان ہوجاتا ہے۔

1. ایلوپیتھک

عام ڈاکٹروں اور میڈیکل سٹورز سے جو ادویات آپ کو ملتی ہیں جیسے اسپرین،

ڈسپرین، یہ سب ایلوپیتھک دوائیاں ہیں۔ان دوائیوں سے بیماریاں تو صحیح ہوتی ہیں۔مگر ان کے سائیڈ ایفیکٹ (Side Effect) خاصے خراب ہوتے ہیں۔لیکن فوری اثر کی وجہ سے ان کی اہمیت بہرحال تسلیم کرنا پڑتی ہے۔

2. ہومیوپیتھک

یہ نسبتاً بہتر طریقہ علاج ہے۔اس میں دوائی کا ردعمل بہت کم ہوتا ہے۔مگر اس کو ڈاکٹروں نے کافی مہنگا بنادیا ہے۔کیونکہ دوائیاں زیادہ تر مہنگی اور جرمنی وغیرہ سے درآمد کی جاتی ہیں۔اس طریقہ علاج میں نقلی جراثیموں کی بڑی معمولی تعداد کو استعمال کیا جاتا ہے،جس کی وجہ سے جسم کو کوئی مزید نقصان نہیں پہنچتا۔

3. طب یونانی (اریوویدک)

اس کو حکمت بھی کہتے ہیں۔یہ بھی اچھا طریقہ علاج ہے مگر ابھی اس میں کافی ریسرچ کی ضرورت ہے۔یہ طریقہ علاج خطہ ہندوستان میں دس ہزار سال سے بھی پہلے سے چلا آرہا ہے۔اس میں علاج جڑی بوٹیوں سے کیا جاتا ہے۔اس کو ہندوستان میں طب کہا جاتا ہے۔یونان اور مغرب والے اسے آئیورویدا اور انڈیا کا طریق علاج کہتے ہیں۔

4. اکوپنکچر

یہ بھی خاصا بہتر طریقہ ہے۔لیکن میں اس کو بھی تھوڑا بہت علم اور باقی نفسیاتی علاج کہوں گا۔کیونکہ اگر یہ سسٹم ہی سب کچھ ہے۔تو پھر اس کے مختلف ماہر ایک ہی طریقے سے علاج کر کے مختلف نتیجے کیسے دے لیتے ہیں،کہ وہی مریض ایسے ایک اکوپنکچر ڈاکٹر سے صحت یاب نہیں ہوتا اور دوسرا اکوپنکچر ڈاکٹر اس کو ٹھیک کر لیتا ہے۔

اوپر بیان کردہ سب طریقوں میں دراصل مریض کا اپنا یقین بھی سب سے بڑا مددگار ہوتا ہے۔اس کو صحت مند کرنے کے لیے اس کے ڈاکٹر کا اپنا یقین بھی بہت اہم ہے۔آپ کو مختلف جگہوں پر ایسے حکیم ملیں گے جو کہ تقریباً ہر بیماری کا علاج ایک ہی دوائی یا راکھ وغیرہ سے کرتے ہیں۔اور بہت زیادہ تعداد میں لوگ ان سے صحت یاب بھی ہوجاتے ہیں۔دراصل ان کے ہاتھ میں شفا ہوتی ہے۔جس کو یورپ میں ہیلنگ (Healing) پاور کہا جاتا ہے۔

اہم بات یہ ہے کہ جس طریقہ علاج پر آپ کا یقین بیٹھ گیا. وہی طریقہ آپ کا بہتر علاج کرے گا. ہر انسان کے اندر ایسی صلاحیت موجود ہے جو اسے کسی بھی بیماری سے شفایاب کر سکتی ہے. اس میں اہم ترین نقطہ یہ ہے کہ انسان کو یقین ہونا چاہیے کہ وہ صحت یاب ہو جائے گا. اسی اصول کو ڈاکٹر بھی مانتے ہیں یعنی اسے اپنی صحت کے بارے میں مثبت سوچ رکھنی چاہئے کہ وہ صحت یاب ہو سکتا ہے. جب انسان کو یہی یقین ہو جائے تو وہ ہر بیماری سے شفایاب ہو جاتا ہے.

اب اس میں ایک اور اہم بات سمجھنے کی یہ ہے کہ آپ کو ایسے لوگ بھی ملیں گے جو یہ کہیں گے کہ وہ مثبت سوچ رہے ہیں مگر بیماری ختم نہیں ہوتی. اس کا جواب یہ ہے کہ وہ لوگ اپنے آپ کو بظاہر تو کہہ رہے ہوتے ہیں کہ میں شفایاب ہو جاؤنگا مگر باطنی طور پر انکو یقین (conviction) نہیں ہوتا ان کے اندر سے ایک آواز ان کو کہہ رہی ہوتی ہے کہ تم بیماری سے نجات نہیں پا سکو گے. جس آدمی کو اندر سے بھی یقین ہو کہ وہ شفایاب ہو جائے گا. وہ انشاءاللہ ہر بیماری سے شفا پا سکتا ہے، صرف اپنے اندر یہ یقین بٹھالے. بہر حال دوا اور یقین دونوں کو ملا کر استعمال کرنا ہی صحیح طریقہ کار ہے. اس اندرونی اور بیرونی یقین کے آس پاس انسان کی زندگی کی تقریباً ہر چیز کا دارومدار ہوتا ہے.

اندر کی آواز بیرونی آواز سے ۴ گنا زیادہ طاقتور ہوتی ہے بلکہ اس سے بھی زیادہ. اگر کوئی مثبت سوچتا ہے اور پھر بھی صحت یاب نہیں ہوتا تو مسئلہ یہ ہے کہ وہ سوچ تو مثبت رہا ہوتا ہے مگر اس کا اندر کا یقین یہ کر رہا ہوتا ہے کہ میں بیمار ہوں صحیح نہیں ہونگا. اس اندر کے یقین کو تبدیل کریں. اس اندر کے یقین کو سمجھنا اور مضبوط کرنا ہی سب روحانیت کی بنیاد اور نچوڑ ہے. جب انسان کے اندر سے یہ آواز آنے لگے کہ وہ ٹھیک ہو جائے گا تو پھر انشاءاللہ وہ بالکل ٹھیک ہو جائے گا اور اگر معاملہ اس کے برعکس ہو یعنی کہ میں صحیح نہیں ہو سکتا تو پھر دنیا کی کوئی دوائی یا کوئی ڈاکٹر بھی اس کو اچھا نہیں کر سکتا. پھر کوئی معجزہ ہی اس کو صحت یاب کر سکتا ہے.

انسان عجیب و غریب طاقتوں کا مالک ہے اسلام کی تاریخ میں حضرت خالد بن ولید کا ایک مشہور واقعہ موجود ہے جس میں آپ چند ساتھیوں کے ساتھ بات چیت میں مصروف تھے. آپ نے فرمایا کہ اللہ کی مرضی کے بغیر کچھ نہیں ہو سکتا. اس بات کا عملی ثبوت دینے کے لیے انہوں نے ایک زہر کی بوتل منگوائی اور بسم اللہ پڑھ کر وہ زہر پی گئے. اس کے بعد آپ کے جسم سے چند منٹ پسینہ بہتا رہا، پھر آپ واپس ٹھیک حالت میں آ گئے.

اس واقعے سے آپ یہ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ انسان نے دوائی کو خود کام کرنے دینا ہے. اگر وہ اس میں مدافعت کر رہا ہے یا اس کو یقین نہیں ہے تو وہ دوائی سے کیسے صحیح نہیں ہوگا کسی کو یہ یقین ہو کہ وہ بیماری سے صحیح ہو جائے گا. جو یقین بھی اندر بیٹھ گیا انسان کے ساتھ وہی ہوگا.

اسی یقین (Faith) کے آس پاس انسان کی تمام زندگی گھومتی ہے. آگے یقین کامل کے باب میں اس کی تفصیل بیان کی گئی ہے. ساری روحانیت اسی کے گرد گھومتی ہے. بیماری سے شفا یابی کی اوپر جو صورت میں نے بیان کی ہے پاکستان میں اکثر آپ کو اس کی مثالیں ملیں گی.

بہت سے لوگوں نے مختلف مزار بھی ڈھونڈ رکھے ہیں جن پر مختلف بیماریوں کی صورت میں جا کر صحت یاب ہو جاتے ہیں بچپن میں کچھ عرصہ کچا کھوہ (ضلع خانیوال) میں گزارا، وہاں چک 8R-14 میں ہمارے دادا جان کو زرعی زمین فوج کی طرف سے ملی تھی. وہاں چک میں سب سے مہلک بیماری غالباً پاگل کتے کا کاٹا ہوتی تھی لیکن جب کسی کو پاگل کتا کاٹ لیتا تھا تو اس کو لوگ ایک مزار پر لے جاتے تھے اور وہ آدمی ٹھیک ہو جایا کرتا تھا. حالانکہ اس وقت اس علاج کی دوائیاں انجکشن آ چکے تھے لیکن لوگ اپنا کام جاری رکھتے تھے.

انسان جب روحانی ترقی کرتے کرتے ایک خاص حد سے اوپر چلا جاتا ہے تو وہ مادی بندشوں سے آزاد ہو جاتا ہے بلکہ مادہ اس کی روح کا غلام بن جاتا ہے، انسانی جسم ایک مادی چیز ہے.

جو لوگ مزاروں کو بالکل نہیں مانتے ان کے لیے عرض ہے کہ اس میں کچھ نہ کچھ تو ہے: جس کی وجہ سے اتنا لمبا چوڑا سلسلہ پھیلا ہوا ہے. خواجہ معین الدین چشتی جیسے بزرگ آ کر داتا صاحب کے دربار پر چلہ کرتے ہیں اور جاتے ہوئے یہ شعر فرماتے ہیں.

گنج بخش فیض عالم مظہر نور خدا
ناقصاں راہ پیر کام کاملاں راہ رہنما

(یہ کیا ہوتا ہے، آگے مزاروں اور قبروں کے باب میں اس پر تفصیلاً بات کی گئی ہے)

صحت و مدافعت کے لحاظ سے عام لوگوں کو تین اقسام (Catagories) میں بانٹا جا سکتا ہے.

ا. بہت زیادہ پرامنگ لوگ جو کہ بہت محنتی اور (Ambitious) ہوتے ہیں، ان کی خواہشات کی کوئی حد نہیں ہوتی جن کو پورا کرنے کے لیے بے انتہا محنت کرتے ہیں. ایسے لوگوں کو بیماری کا امکان زیادہ ہوتا ہے. ایسے لوگ بلڈ پریشر یا امراض قلب

یا "Nervous Break Down" کا شکار ہو سکتے ہیں.

۲. دوسری قسم کے لوگ زندگی کو ہنسی خوشی میں گزار دیتے ہیں. کام کرتے ہیں مگر زیادہ سردرد نہیں لیتے. کوئی پریشانی آئے بھی تو تھوڑی دیر کے بعد پھر خوش مست. زیادہ سوچنے سے گریز کرتے ہیں، پرسکون رہتے ہیں، ان کو بہت کم کوئی بیماری ہوتی ہے.

۳. دوسری قسم کے لوگ صرف سوچتے رہتے ہیں. عملی طور پر کچھ نہیں کرتے. ان کے دماغ میں ہر وقت بہت سے پروگرام ہونگے. مستقبل کے بارے میں مگر یہ اپنے پروگرام کو پورا کرنے کیلئے کوئی عملی کام نہیں کرتے. ہر وقت سوچتے اور کڑھتے رہیں گے، کہ زندگی کی دوڑ میں پیچھے رہ رہے ہیں. یہ ضرورت سے زیادہ حساس اور چھوٹی چھوٹی باتوں کو اپنے دل پر رکھنے والے ہوتے ہیں. ان لوگوں کو عموماً معدے سے متعلق بیماریاں ہوتی ہیں. یہ اکثر بیمار رہتے ہیں. گو نفسیاتی طور پر یہ لوگ ہر وقت بیماروں میں ہی گنے جاسکتے ہیں.

میں زیادہ تفصیل میں نہیں جاؤں گا کیونکہ میرا مقصد لوگوں کو اشارہ دینا ہے ورنہ افراد کی ان تین اقسام کے بارے میں تین کتابیں لکھی جاسکتی ہیں اور ان کو تین سو قسموں میں بانٹا جاسکتا ہے.

ان تین اقسام کو Doer اور Enjoyer صرف دو قسموں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے.

اب اگر پہلے اور تیسرے قسم کے حضرات اپنے آپ کو صحت مند رکھنا چاہتے ہیں تو وہ دوسری قسم کے لوگوں میں سے کچھ عادات اختیار کرلیں. انسان کا ذہن سکون کی حالت میں ہوتو اس کو معلوم ہوتا ہے کہ اسے کتنی ورزش (جسمانی) کرنی چاہیے. کیا کھانا اور کس وقت کھانا چاہیے. آرام کتنا کرنا چاہیے.

خود کو آرام (Rest) دینے میں نماز کا بہت اہم کردار ہوتا ہے. جو لوگ عبادت نہیں کرتے انہیں چاہیے کہ اپنے جسم اور ذہن دونوں کو ڈھیلا چھوڑ کر سکون میں لاکر اپنی توانائی واپس حاصل کرلیا کریں.

سکون کی حالت میں انسان کو ذرا سوچنے سے یہ معلوم ہوجاتا ہے کہ اسے کیا کھانا چاہئے اور کیا نہیں. مگر خوف یا گھبرائی (نروس) حالت میں انسان اوٹ پٹانگ چیزیں کھا کر خود کو بیمار کر لیتا ہے. جب کہ سکون کی حالت میں وہ صحیح چیزیں کھا کر اپنی صحت و توانائی کو برقرار رکھتا ہے. یہ

اصول ہندوستانی طریقہ علاج (آئیورویدا حکمت) کے بنیادی اصول میں شامل ہے.

جانوروں میں بھی یہ حس ہوتی ہے، بیماری کی حالت میں وہ ایسی چیزیں اور پودے تلاش کر کے کھاتے ہیں جس سے وہ صحت یاب ہوجاتے ہیں. انسان اشرف المخلوقات ہے، اس میں یہ حس جانوروں سے زیادہ ہے اور اس کے پاس جانوروں سے زیادہ چیزیں چننے کا موقع (choice) بھی موجود ہے.

سائنسدانوں نے دماغ کی رفتار کو ۳ مختلف اقسام میں تقسیم کیا ہے:

۱. الفا (Alfa) ۲. بیٹا (Bata) ۳. ڈیلٹا (Delta) کہلاتے ہیں.

الفا (Alfa) کی کیفیت میں دماغ کی رفتار کم ہوتی ہے، ہم نیند میں اس حالت میں چلے جاتے ہیں. جبکہ بیٹا میں یہ بے حد تیز ہوتی ہے. تیز حالت میں ہم گھبرائے ہوئے ہوتے ہیں، جس میں جسم کے عضلات کی ٹوٹ پھوٹ (جو ہر کام کاج میں ہوتی رہتی ہے) کا علاج نہیں ہورہا ہوتا. جبکہ الفا میں یہ علاج بخوبی ہوجاتا ہے. اس لیے ہمیں چاہیے کہ دماغ کو سکون کی حالت میں رکھیں. جو لوگ بہت زیادہ مصروف اور بھاگ دوڑ میں لگے رہتے ہیں ان کا دماغ بیٹا میں رہتا ہے ان کو چاہیے کہ اسے پرسکون رکھیں. ہم نیند میں الفا اور ڈیلٹا میں رہتے ہیں، ڈیلٹا میں دماغ کی رفتار سب سے کم ہوا کرتی ہے.

مغرب والوں نے باقاعدہ الفا ٹریننگ کے طریقے ایجاد کیے ہیں. میں خود بھی اس کی مشقیں کچھ عرصہ تک اپنے ابتدائی دور میں کرتا رہا تھا. الفا ٹریننگ سے آپ کی اندرونی صلاحیتوں کو بڑھانے میں کوئی خاص مدد نہیں ملتی. اس کے لیے ہمارا اسلام کا روحانی نظام سب سے بہتر اور کامیاب ترین طریقہ ہے.

بیماری کی اہم وجوہات میں ذہنی سکون نہ ہونا، کم آرام کرنا، ورزش نہ کرنا، بے وقت کھانا، جلدی اور گھبراہٹ میں کھانا اور اداس رہنا شامل ہیں. جس کی سب سے بڑی وجہ ضرورت سے زیادہ حساسیت ہوتی ہے. پھر زندگی میں مقصد اور دلچسپیاں نہ ہونا بھی اس کی بڑی وجہ ہے.

ہر آدمی کو کچھ نہ کچھ ورزش ضرور کرنی چاہئے، ورزش اتنی ہی ضروری ہے جتنی خوراک. یہ ورزش ۴ یا ۵ میل پیدل چلنے سے لے کر امریکن آرمی کے اصول کے مطابق کہ آپ کی Heart-beat (دل کی دھڑکن) لگا تار بیس (۲۰) منٹ تک تقریباً ۱۲۰ دھڑکنیں فی منٹ برقرار رکھنے کے درمیان کچھ بھی ہوسکتی ہے. جس کا تعین آپ کی عمر اور آپ کے جسم کی ساخت کے

مطابق ہونا چاہیے۔ضرورت سے زیادہ ورزش بھی نقصان دہ ہوسکتی ہے۔عام آدمی کے لیے چھ (۶) گھنٹے سے کم اور آٹھ (۸) گھنٹے سے زیادہ سونا مناسب نہیں ہے۔کھانا کھاتے وقت بھی سکون کی حالت میں رہیں۔جلدی اور گھبراہٹ میں کھانے سے بھی بدہضمی ہوجاتی ہے۔ایسے طریقے سے کھانا اگر زیادہ عرصے کھایا جائے تو معدے کی لاعلاج بیماریاں شروع ہوجاتی ہیں۔

کچھ لوگ پیدائشی طور پر کوئی بیماری لے کر پیدا ہوتے ہیں۔جیسے کسی کا گلہ خراب رہتا ہے۔کسی کو بلڈ پریشر کی تکلیف ہوتی ہے۔گو یہ لوگ بھی اگر اپنی نفسیات کو سمجھ لیں اور جسم کا خیال رکھیں تو یہ صحت مند ہوسکتے ہیں۔ان لوگوں کو چھوڑ کر باقی لوگ جو بیمار ہوتے ہیں۔اس کی وجہ وہ کسی نہ کسی صورت میں خود ہی ہوتے ہیں۔پیدائشی طور پر کوئی کمزوری رکھنے والے اکثر اس وہم میں ہوتے ہیں کہ اس کا علاج نہیں ہوسکتا جو کہ صحیح نہیں ہے،ہر ایک کا علاج ہوسکتا ہے،میں اس بات کو سمجھانے کے لیے آپ کو انسان کے ذہن کے بارے میں کچھ معلومات مزید دیتا ہوں۔

انسان کا ذہن دو بڑے حصوں میں بٹا ہوا ہے۔(۱) شعور (۲) لاشعور۔

(۱) شعور۔ شعور وہ حصہ ہے جو ہم نارمل حالت میں استعمال کرتے ہیں جیسے چلنا پھرنا، کام کاج کرنا، بات چیت، دیکھنا، سننا، چکھنا وغیرہ۔

(۲) لاشعور۔ اس میں تمام یادداشت اور سب روحانی علم ہوتے ہیں۔ہر ایک دیکھی یا سنی چیز اس میں سٹور ہوتی ہے۔مگر ہمیں یہ سب چیزیں ہر وقت یاد نہیں رہتیں۔یہ دماغ کے محفوظ حصے میں جمع ہوتی ہیں اور ضرورت کے وقت ہم انہیں یاد (Retrieve) کر سکتے ہیں۔

یہ وہ حصہ ہے جس کو ہم صرف خاص حالات میں استعمال کرتے ہیں، جیسے خواب وغیرہ میں۔یہی وہ حصہ ہے جس کے بارے میں سائنسدان کہتے ہیں کہ ہماری سب مافوق الفطرت اور روحانی طاقتیں اس میں موجود ہیں۔یہ عام دماغ سے بہت زیادہ بڑا اور طاقتور ہوتا ہے۔اس کے سائز کی مثال آپ کے لیے اسی طرح ہے کہ آپ کسی عام گھڑے کے منہ پر اس کو بند کرنے کے لیے کوئی گیند رکھ دیں۔اس کے بعد جو شکل بنے گی اس میں گھڑا آپ کے لاشعور کی جسامت بتائے گا اسی طرح ہم لاشعور کی طاقت کا صرف ایک تا دس فیصد استعمال کرتے ہیں۔لاشعور کی طاقت شعور کے مقابلے میں اسی تناسب سے ہوتی ہے۔بلکہ اس سے بھی کئی گنا زیادہ۔

مغرب کے کچھ روحانیت والے یہ بھی کہتے ہیں کہ ہم سب کچھ پہلے سے ہی جانتے ہیں، ہم صرف اس کا دوبارہ تجربہ کرنا چاہتے ہیں۔ان کے مطابق ماضی حال مستقبل سب کچھ روح کو

معلوم ہے اور روح لاشعور کے ذریعے اپنا کام کیا کرتی ہے۔روح پہلے ہی مستقبل میں ہونے والے سب کاموں کا تجربہ کر چکی ہے،وہ صرف اس تجربے کو دہرانا چاہتی ہے۔

مشہور صوفی حضرت ابوالحسن خرقانی (محمود غزنوی کے شیخ) نے فرمایا کہ روح کی مثال ایسے مرغ کی طرح ہے جس کا ایک بازو مشرق اور دوسرا مغرب میں اور قدم تحت الثریٰ میں ہیں۔

ماہرین نفسیات (Psychologists) اور سائنسدانوں نے لاشعور کے بارے میں جو کچھ معلوم کیا ہے اس میں سے کچھ کا خلاصہ یہ ہے۔یہ کوئی چیز نہیں بھولتا۔آپ کے پیدا ہونے سے لے کر آج تک جو کچھ آپ کے ساتھ ہوا ہے۔اس کو سب یاد ہے۔جو نام آپ نے کہیں سنے ہیں۔جو جو نمبر آپ نے کہیں دیکھے ہیں۔اس کو سب یاد رہتے ہیں۔آج تک جو آوازیں آپ نے سنی ہیں۔وہ سب اس کو یاد ہوتی ہیں۔

کچھ دہریے سائنسدانوں نے بھی کہا ہے کہ اگر آپ دماغ کو پوری طرح استعمال کرنے لگ پڑیں تو خدا بن جائیں گے۔لاشعور کی طاقت چھوٹے سے چھوٹے اور بڑے سے بڑے ہر معاملے میں استعمال ہوتی ہے۔کوئی بھی چھوٹے سے چھوٹا نیا کام اگر آپ کریں اور آپ کے ذہن میں وہ کام کرتے وقت یہ سوچ آ گئی کہ یہ مشکل کام ہے تو وہ کام مشکل اور اگر یہ سوچ آ گئی کہ یہ کام آسان ہو تو وہ آسان ہو جائے گا۔

لاشعور ہمیشہ توازن میں (یعنی صحیح) رہتا ہے مگر شعور کو ہم اکثر غلط معلومات کے ذریعے بھٹکاتے رہتے ہیں۔پھر لاشعور پر بھی اس کا اثر ہوسکتا ہے۔تجربہ کرنے والوں نے یہ بھی معلوم کیا ہے کہ اگر آپ کسی کمرے میں گئے ہیں اور آپ نے اوپر نہیں دیکھا تو پھر بھی لاشعور کو معلوم ہوگا کہ اس کمرے میں کتنے بلب لگے ہوئے ہیں۔بلکہ یہ ایسی فضول چیزوں کی بھی گنتی کرتا رہتا ہے کہ آپ اپنی کار یا سواری سے اتر کر کتنے قدم چل کر یہاں تک پہنچے ہیں۔

لاشعور کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ اسے آپ خود کو کسی بھی مطلوبہ کام کامیابی سے مکمل کرنے کی فلم تصور کے ذریعے دکھا دیں۔جب وہ یہ دیکھ لیتا ہے تو پھر اس کام کو مکمل کرنے کے ہزاروں راستے ڈھونڈ لیتا ہے (اس کا طریقہ آگے بیان کیا گیا ہے) ایک اہم بات یہ بھی ہے کہ اسے کوئی بھی زیادہ دیر تک جاری رہنے والا کام کرتے وقت مکمل معلومات دینے کی کوشش کریں۔یعنی ہر اہم کام میں زنجیر کی سب کڑیوں کی طرح کام کا ہر جزو اسے دکھا دیں۔بلکہ ہاتھ سے کر کے دکھا دیں۔پھر یہ آپ کو نا کام نہیں ہونے دے گا۔لاشعور کبھی غلطی

نہیں کرتا، لیکن ہم خود اسے غلط معلومات دے کر بھٹکا دیتے ہیں. لاشعور ہر وقت کام میں لگا رہتا ہے. یہ بھاری وزن بغیر جسم استعمال کئے اٹھا سکتا ہے. یہ ہر بیماری کا علاج کر سکتا ہے. اس کی مخفی صلاحیتوں کے بارے میں ہر روز نئے نئے تجربات اور انکشافات ہوتے رہتے ہیں.

آپ کے دماغ کی طاقت اتنی ہے کہ کوئی ۲۰ سال پہلے سائنس دانوں نے اندازہ کیا کہ دماغ کے جتنے فنکشن (Function) ہیں، اتنے کام کرنے کے لیے اگر مشینیں لگائی جائیں تو ایک شہر کے برابر جگہ درکار ہوگی. اور اب اتنی ترقی اور نئے نئے کمپیوٹر ایجاد ہونے کے بعد انہوں نے اب اس سائز کو خاصہ کم کرلیا ہے. ۱۹۹۵ء میں ان کو فٹ بال سٹیڈیم کے برابر جگہ درکار تھی.

لاشعور کو مستقبل میں ہونیوالی چیزوں کا بھی علم ہوتا ہے. سچے خواب اسی صلاحیت کی ایک نشانی ہیں.

قرآن پاک میں ہے کہ حضرت آدم کو اللہ نے اپنے اسماء کا علم (ہر چیز کا اندرونی علم) دیا تھا جو کہ فرشتوں کے پاس نہ تھا. یہ سب علم انسان کے اندر روح میں موجود ہے، روح سے یہ علم لاشعور میں آتا ہے.

اس کو آپ اپنی کوششوں اور یقین کی مدد سے صحیح طریقے سے کام پر لگا سکتے ہیں. اسی لاشعور کے گرد ساری روحانیت گھومتی ہے. اس لیے اسے سمجھنا نہایت ضروری ہے

مختلف ملکوں اور قوموں میں جتنی روحانی مشق کی جاتی ہے وہ آپ کے لاشعور کی مخفی صلاحیتوں کو بروئے کار لانے کے لیے ہوتی ہے. اس میں مختلف قوموں نے اپنے اپنے طریقے بنائے ہوئے ہیں لیکن بنیادی اصول سب کے ایک ہی ہیں. اس میں زیادہ کام بدھ اور ہندو فلاسفی میں ہوا ہے.

مہاتما بدھ نے بھی گیان حاصل کیا لیکن ان کے شاگردوں کو لکھنے کی اجازت نہیں تھی. یہ سینہ بہ سینہ سکھایا جاتا تھا، اس طریقے سے بہت کچھ ضائع ہو جاتا ہے اور انسان کچھ نہ کچھ اپنے پاس سے بھی شامل کر لیتا ہے. پھر یہ مشق تبت پہنچی، وہاں انہوں نے اس کا لامہ ازم بنا لیا. ان دونوں مکاتب فکر میں کافی کام ہوا ہے، لیکن روحانیت کی بنیاد جسے ہم (Faith) یقین کامل کہتے ہیں وہ آپ کو ان میں محنت کرنے سے بھی نہیں ملے گی. (Faith) کے بغیر چاہے ساری دنیا کے علوم آپ پڑھ لیں روحانیت میں آپ نیم خواندہ ہی رہیں گے.

اگر آپ لاشعور کو سمجھ لیں اور اسے یقین کامل کی مدد سے کام پر لگا لیں تو پھر آپ کو کسی جن

وغیرہ قابو کرنے کی ضرورت نہیں ہے، بلکہ یہ سمجھیں کہ شاہ جنات قابو میں آ گیا ہے. (یاد رکھیں قصے کہانیوں کا جن آپ کو مادی چیزیں ہی لا کر دے سکتا ہے، صحت یا خوشی نہیں)

ہر ایک خبر اور اطلاع جو آپ کہیں سے سنتے یا حاصل کرتے ہیں لاشعور کو یاد تو ہو جاتی ہیں لیکن یہ اس کو ہر وقت اٹھائے نہیں رکھتا بلکہ اسے اپنے سٹور ہاؤس میں جمع کرتا رہتا ہے. دماغ میں کل ۱۱۸ ارب خلیے (cell) ہوتے ہیں، اس لیے کسی چیز کو یاد (Retrieve) کرنے میں مشکل نہیں ہوتی. کیونکہ ہر ایک خلیہ کی یادداشت کی گنجائش بہت سی ہوتی ہے. لاشعور یہ سب کچھ یاد تو رکھتا ہے مگر ان سے متاثر نہیں ہوتا جب تک کہ آپ کسی بات یا خبر سے خود شدید متاثر نہ ہوں. لاشعور کی حفاظت ہمارا شعور کر رہا ہے. جب تک کوئی چیز زیادہ اہم نہ ہو اس وقت تک یہ اس کو سٹور ہاؤس میں بھیجتا رہتا ہے. اہم خبروں کو البتہ یہ اپنے ایکٹو (Active) حصے (مستعد و باخبر حصے) میں رکھتا ہے. اسی شعور کی حفاظت کی وجہ سے آپ بہت سے وہموں سے بچے رہتے ہیں. ورنہ ہر چیز اور ہر طرح کے وہم لاشعور میں جا کر انسان کو پاگل بھی کر سکتے ہیں.

مراقبات، ذکر اور (Yoga) کرتے وقت آپ کا ذہن ایسی کیفیت (State) میں چلا جاتا ہے جس میں شعور اور لاشعور کے درمیان سے پردہ اٹھ جاتا ہے. اس وقت آپ اس میں کوئی بھی چیز آسانی سے منتقل کر سکتے ہیں. یہ چیز بٹھاتے وقت احتیاط کرنی چاہئے ورنہ لاشعور ایک بچے کی طرح ہے، اس کو صحیح اور غلط کی تمیز نہیں ہے، اس لیے الٹے سیدھے مراقبات سے آپ اپنا دماغ بھی خراب کر سکتے ہیں. بہر حال آگے باب "دماغ کی پروگرامنگ میں" اس کی تفصیل دی گئی ہے.

انسان کا دماغ کمپیوٹر سے ملتے جلتے طریقے سے کام کرتا ہے، بلکہ ایسا کمپیوٹر جس کے آگے ساری دنیا کے کمپیوٹر ملا کر رکھے جائیں تو بھی ان کی صلاحیت انسانی دماغ کے مقابلے میں اتنی کم ہے جیسے کسی نومولود بچے کا دماغ بالغ آدمی کے دماغ کے سامنے. یہ امریکہ کے ایک بڑے سائنس دان کے الفاظ ہیں. انسانی دماغ میں ایک چھوٹا ذرہ ایسا ہوتا ہے جو کبھی تباہ نہیں ہو سکتا. چاہے اس پر ایٹمی دھماکہ بھی کر دیا جائے وہ پھر بھی سلامت رہے گا. انسانی ذہن کے بارے میں بدھ مت والے کہتے ہیں ہم سب بدھا (مہاتما بدھ جنہیں نروان مل چکا ہے) ہیں، یہ کائناتی ذہن (Universal Mind) کو سمجھنے سے زیادہ کچھ نہیں، ہم سب اس کا حصہ ہیں.

ڈاکٹر بھی اب اس بات کو مانتے ہیں کہ بہت سی بیماریوں کا تعلق نفسیات اور ذہن سے ہوتا ہے. پہلے وہ کہتے تھے کہ 30% بیماریاں ذہنی وجہ سے پیدا ہوئی ہیں، پھر وہ 50% بیماریوں کی وجہ

نفسیاتی ماننے لگے، اب وہ تقریباً 75% بیماریوں کی وجہ نفسیاتی بتاتے ہیں. جلد ہی وہ 90% پر آ جائیں گے. میرے اپنے خیال و تجربے میں اس کی اوسط 90% سے بھی اوپر ہے. مغرب میں اب ڈاکٹروں کے بجائے نفسیاتی ڈاکٹر بہت زیادہ ہوتے جا رہے ہیں اور زیادہ مریض ان کے پاس جانے لگ پڑے ہیں.

روحانیت میں اہم اصول یہ ہے کہ انسانی لاشعور (یا روح) ہر چھوٹی سے چھوٹی موجودہ اور ہونیوالی چیز سے واقف ہے، یہ آپ کو ہر بری چیز اور وقعات سے بچا سکتا ہے. اور یہ ہر وقت ہماری مدد اور حفاظت میں لگا رہتا ہے. اگر آپ کس جگہ اور کیسے بیمار ہو سکتے ہیں. آپ کو ہر ایسی جگہ جانے اور ایسے شخص سے ملنے کو جی ہی نہیں چاہے گا اور اگر جی چاہے گا بھی تو وہ شخص آپ سے مل نہیں سکے گا اور جس دن بھی آپ کے لیے اس سے کوئی بیماری کا خطرہ نہیں ہے، اس دن وہ آپ کو مل سکے گا. اسی طرح یہ آپ کو دشمنی والے اشخاص سے بھی بچاتا رہے گا.

اس طرح یقین کامل (Faith) آپ کو بیماریوں سے بچاتا رہتا ہے. اگر آپ کا یقین صحیح اور مضبوط ہے تو آپ بہت کم بیمار ہوں گے اور اگر اس کے باوجود بھی آپ بیمار ہو گئے ہیں تو پھر یہ بیماری آپ کو کسی بڑے خطرے سے بچا رہی ہے. روحانیت والے کہتے ہیں کہ کوئی چیز اتفاقیہ نہیں ہوتی، ہم اس چیز کو ہی اتفاق کہتے ہیں جس کے اسباب سے بے خبر ہوتے ہیں.

بیماری کی ایک بڑی وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ آپ جس چیز سے ڈریں اس کو آپ اپنی طرف کھینچتے ہیں. اس لیے جس بیماری سے آپ زیادہ ڈریں گے اس کو آپ اپنی طرف کھینچ رہے ہیں. اس کی وضاحت کے لیے میں ایک مثال عرض کرتا ہوں کہ ایک شخص کو زکام لگا ہوا ہے وہ لوگوں کے درمیان چھینکتا ہے تو اس کی سانس کے ساتھ جراثیم نکل کر پورے کمرے میں پھیل گئے ہیں. لیکن کمرے میں موجود سب لوگ بیمار نہیں ہوں گے بلکہ صرف ایک یا دو افراد اس سے متاثر ہوں گے. یہ ایک یا دو افراد وہ ہیں جو کہ اس بیماری سے ڈرتے ہیں. ان جراثیم سے دو ہی قسم کے لوگ متاثر ہوتے ہیں. ایک وہ جن کی قوت مدافعت بیماری کے مقابلے میں کمزور ہوتی ہیں اور دوسرے وہ جو اس سے ڈرتے ہیں اور جن کی قوت مدافعت کسی بیماری کے مقابلے میں کم ہو اس بیماری سے لازمی ڈرتے ہیں اور اس ڈر کی وجہ سے اس بیماری کا زیادہ شکار ہوتے ہیں.

زیادہ لوگوں کے بیمار ہونے کی وجہ یہ بھی ہے کہ جب وہ دیکھتے ہیں کہ ان کا کوئی واقف کسی بیماری کا شکار ہو گیا ہے تو ان کے ذہن میں اس بیماری کا ڈر بیٹھ جاتا ہے. وہ لوگ اس بیماری سے

ایمپریس (خوفزدہ) ہو جاتے ہیں، پھر وہ آسانی سے اس کا شکار ہو سکتے ہیں. اکثر حساس لوگ بیمار آدمی کی تصویر لاشعور میں بٹھا لیتے ہیں. جس کی وجہ سے خود بھی بیمار ہو جاتے ہیں. آپ کا لاشعور اتنی طاقتور چیز ہے کہ اگر کسی طریقے سے اس کے اندر یہ وہم بیٹھ گیا کہ اس کو یہ بیماری ہوگی تو پھر چاہے پورے ملک میں اس بیماری کے چند جراثیم ہی ہوں، یہ کہیں نہ کہیں سے ان کو ڈھونڈ لے گا. بلکہ ان کو پیدا کر لے گا. اس طرح اگر اس میں یہ خیال بیٹھ گیا کہ وہ اس بیماری سے صحت یاب نہیں ہو سکتا تو وہ کبھی صحت یاب نہیں ہو سکے گا. اپنی زبان میں ہم کہہ سکتے ہیں کہ اس کے دل میں وہم بیٹھ گیا ہے کہ وہ صحت یاب نہیں ہوگا. جب کسی کے اندر یہ یقین بیٹھ گیا تو پھر دنیا کا بہترین ڈاکٹر اور بہتر سے بہتر دوائی بھی اس کو صحت یاب نہیں کر سکتی. اس طرح اگر آپ کو کسی طرح یہ یقین ہو گیا کہ آپ اپنی لاعلاج بیماری سے شفا پا جائیں گے، تو پھر انشاء اللہ آپ کا لاشعور آپ کی صحت یابی کی کوئی نہ کوئی ترکیب نکال لے گا. چاہے اس کا حل ڈاکٹر ہو حکیم ہو یا کسی کی دعا. صحت یاب ہونیکی سینکڑوں صورتیں ہو سکتی ہیں. جو مزاروں سے لیکر جدید ترین دوائیوں تک پھیلی ہوئی ہیں.

روحانی علاج اور (Magnetic Healing) لاعلاج مریضوں کے علاج کی سب سے بہتر صورت ہے. روحانی علاج Healing باب میں آپ کو اس کی تفصیل ملے گی. میرے ذاتی تجربات میں بھی آیا ہے کہ مضبوط یقین رکھنے والے مریض کہیں نہ کہیں سے صحت یاب ہو جاتے ہیں. اگر آپ کا یقین مکمل ہے تو آپ کو کوئی ایسی چوٹ بھی نہیں لگے گی جس میں آپ کا خون بہے اور جراثیم کو اندر جانے کا موقع ملے. اگر آپ کو چوٹ لگ بھی جاتی ہے، تو ایسی جگہ پر لگے گی جس جگہ سے آپ کے جسم میں جراثیم نہیں جائیں گے.

اکثر ہم خود کو مختلف وجوہات کی وجہ سے بیمار کرتے رہتے ہیں. اس کی مختلف نفسیاتی وجوہات ہوتی ہیں.

زندگی میں سخت حالات اور کٹھن حقیقتوں سے فرار اس کی ایک بڑی وجہ ہے. پھر ذمہ داری سے جان چھڑانا جس میں آپ کی ناپسندیدہ نوکری بھی آ جاتی ہے. ایک وجہ توجہ نہ ملنا یا زندگی میں مقصد نہ ہونا. احساس گناہ، اداسی، ضرورت سے زیادہ حساسیت، فراریت اس کی اہم وجوہات ہیں. میرے ذاتی مشاہدے میں کئی بار آیا ہے کہ کسی مستقل بیمار کے پاس ہر وقت رہنے والے کچھ لوگ اس بیماری میں مبتلا ہو جاتے ہیں، یا کوئی اور بیماری بھی پکڑ سکتے ہیں. خصوصاً

روحانیت میں مصروف رہنے اور خود جسم میں روحانی علاج کی صلاحیت رکھنے والے اس میں زیادہ احتیاط کریں کیونکہ یہ لوگ خصوصاً (اور دوسرے حساس لوگ بھی) کسی دوسرے کا اثر، اس کا تصور (Impression) جلد ہی اپنے اندر بٹھا لیتے ہیں اور اس کی وجہ سے بیمار ہو جاتے ہیں۔

توجہ نہ ملنا:

اکثر آپ کو گھر میں ایسے افراد ملیں گے جن پر کوئی دھیان نہیں دیتا۔ کسی کے پاس ان کے لیے کوئی وقت نہیں ہوتا۔ اکثر بوڑھے افراد اس مسئلے کا شکار ہوتے ہیں۔ جب یہ بیمار ہوتے ہیں تو پھر ہر کوئی ان کو پوچھنے آتا ہے۔ گھر کے افراد بھی ان پر توجہ دیتے ہیں۔ اس طرح مریض کی نفسیاتی تسکین بھی ہوتی رہتی ہے۔ لیکن اسی نفسیاتی تسکین کے لیے یہ خود کو اکثر بیمار کیے رکھتے ہیں۔ اس بیمار کو اکثر خود بھی پتہ نہیں ہوتا کہ اس نے خود کو بیمار کیا ہے۔

حقیقت سے فرار:

بہت سے لوگ زندگی میں ناکامیوں وغیرہ سے دلبرداشتہ ہو چکے ہوتے ہیں۔ ان کی مجروح انا بیماریوں کے قلعے میں محصور ہو جاتی ہے۔ بہت سی حقیقتوں کا ہم سامنا نہیں کرنا چاہتے، جن سے فرار میں ایک طریقہ بیماری کا بھی ہے، جو ہم بغیر سوچے سمجھے ڈھونڈ لیتے ہیں۔ اور لاشعوری طور پر خود کو بیمار کر کے حالات کا سامنا کرنے سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ جب انسان اپنے مسائل کا سامنا کرنے سے عاجز آ جاتا ہے اور ہمت ہار جاتا ہے تو لاشعور کے بہانوں (مکر) میں سے ایک بڑا طریقہ بیماری میں پناہ لینا ہوتا ہے۔ یہ بہانہ انسان کو اس کی جلد (Early) موت کی طرف بھی لے جا سکتا ہے۔

ذمہ داریوں سے جان چھڑانا:

یہ بھی اک عام وجہ ہے۔ بہت سے لوگ ایسے ہوتے ہیں جن کو اپنا کام پسند نہیں ہوتا۔ وہ اس سے جان چھڑانے کے لیے بیمار ہو جاتے ہیں۔ حالانکہ خود ان کو پتہ نہیں ہوتا کہ ان کو نزلہ، درد یا بخار اس وجہ سے ہوا ہے کہ وہ چند دن کام پر نہ جائیں۔ دراصل یہ کام ان کا لاشعور کر رہا ہوتا ہے لیکن ان کو اس کی خبر نہیں ہوتی۔ اس کی آسان سی مثال یہ ہے کہ آپ کو کہیں کسی پارٹی میں جانے کی دعوت ملی ہے۔ آپ وہاں جانا نہیں چاہتے۔ پھر ایسا ہوتا ہے کہ وہاں جانے سے چند گھنٹے پہلے

آپ کو سر درد شروع ہو جاتا ہے اور آپ ان لوگوں سے معذرت کر لیتے ہیں۔ پھر پارٹی کا وقت گزرتے ہی آپ کی طبیعت صحیح ہونا شروع ہو جاتی ہے۔

وجہ یہی ہے کہ آپ وہاں جانا نہیں چاہتے تھے۔ آپ کے اندر یہ کشمکش ہو رہی تھی کہ نہ بھی نہیں کر سکتے تھے اور جانا بھی نہیں چاہتے تھے۔ اس کشمکش کی وجہ سے لاشعور نے آپ کی مدد کی اور آپ کو نہ جانے کی وجہ مل گئی۔ لاشعور آپ کو کوئی حادثہ بھی کرا سکتا ہے چاہے آپ کسی موٹر سائیکل یا گاڑی کے نیچے آئیں یا چاقو وغیرہ سے بظاہر غلطی سے ہاتھ کاٹ لیں۔

بہت سی عورتیں بھی گھریلو کام کاج سے جان چھڑانے کے لیے بیمار ہو جاتی ہیں۔ ان میں سے چند ایک ''مکر'' کر رہی ہوتی ہیں لیکن بہت سی واقعی بیمار ہو جاتی ہیں۔

پریشان رہنا (یعنی Worry کرنا) اور نفرت کا جسم پر بہت غلط اثر ہوتا ہے پریشان رہنے والے شخص کو بدہضمی سے اختلاج قلب (Coronary Arrest) کے درمیان سب کچھ ہو سکتا ہے پریشانی (Worry) ختم ہوتے ہی صحت اچانک بہتر ہو جاتی ہے۔ اسی طرح خوف ہے۔ آگے انہیں کی مزید شاخیں ہوتی ہیں، بے صبری، چڑچڑاپن، بے آرامی، فیصلہ نہ کر سکنا، وغیرہ۔ اسی طرح ان کے اور بھی کئی اثرات ہیں۔ جو جسم پر حملہ کر کے انسان کو بیمار بنا دیتے ہیں تھوڑی دیر پریشان رہنے سے بیماری نہیں ہوتی لیکن کچھ عرصہ لگاتار پریشان رہنے کی صورت میں انسان بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے۔

بیماری میں آپ کی سوچ کمزور اور Passive ہو جاتی ہے۔

بیمار کیا کاروبار کر پائے گا یا کسی کی ملازمت کر سکے گا۔

یاد رکھیں صحت مندی کشش اور خوبصورتی ہے بیماری بدصورتی ہے اور لوگ بیمار لوگوں سے بھاگتے ہیں۔ بیمار کے گھر والے بھی پریشان ہی رہا کرتے ہیں۔ صحت مندی کا مطلب زیادہ بڑا یا مضبوط جسم نہیں ہے (گو طاقت اچھی چیز ہے) مگر توانائی میں رہنا، جسم کا چاک و چوبند ہونا، نہ تھکنا، بیماریوں کے خلاف مدافعت ہونا اور بڑی عمر تک اعضاء کا صحیح کام کرنا ہوتا ہے۔

دوائیوں کے استعمال اور کھادوں والے کھانے سے جسم میں Toxins بھی جمع ہو جاتی ہے جسے آپ ایک طرح کا زہر سمجھ لیں، یہ جسم کی مدافعت کو کمزور کرتی ہے۔

یہ یاد رکھنا چاہئے کہ جس سوچ کو آپ لگاتار دہرائیں گے اس کا اثر بڑھتا چلا جاتا ہے جیسے اگر آپ کے ذہن میں یہ بیٹھ گیا کہ فلاں چیز سے مجھے الرجی ہے تو جوں جوں اسے سوچیں گے

اس کا اثر بڑھتا چلا جائے گا. اسی طرح اگر آپ نے یہ مان لیا کہ فلاں بیمار (یا کسی بھی بیمار) کے پاس بیٹھنے سے آپ کو کمزوری ہو جاتی ہے تو یہ چیز سوچنے سے آپ کی کمزوری بڑھتی جائے گی. اس لیے کسی بھی منفی یا ناخوشگوار سوچ کو مت دہرائیں یا دوسرے لفظوں میں وہموں سے بچنا سیکھیں. اسی طرح اچھی مثبت سوچوں کو دہرانے کا اچھا اثر ہوتا ہے. اگر آپ کی صحت ہی صحیح نہیں تو پھر دنیا کی تمام چیزیں بھی مل کر اس کا متبادل نہیں بن سکتیں. یہ مان لینا کہ میں اس بیماری سے صحت یاب نہیں ہو سکتا آپ کو لاعلاج بنا دیتا ہے. اس طرح کچھ لوگوں کا یہ سوچنا کہ ان کو فلاں بیماری وراثت میں ملی ہے، ان کو اس بیماری کا آسان شکار بنا دیتا ہے. یہ بھی ایک صحیح سوچ نہیں کیونکہ بے شمار لوگ ایسے ہوتے ہیں جن کے ماں باپ دونوں کو وہ بیماری ہوتی ہے مگر وہ خود کبھی اس میں مبتلا نہیں ہوتے.

صحت مند زندگی کے لیے پرسکون اور خوش باش رہنا ضروری ہے. پھر صحیح خوراک اور اسے سکون کی حالت میں کھانا، صاف پانی، مناسب ورزش، آرام اور زندگی میں بامقصد ہونا اہم چیزیں ہیں، مگر سب سے زیادہ مددگار اور اہم ترین چیز اپنی لمبی اور صحت مند زندگی کا یقین ہونا ہے ایسا شخص ہر خطرناک بیماری، حادثے، غلط کھانے جیسی سب چیزوں سے بچتا چلا جاتا ہے.

صحت مند آدمی کو ڈاکٹروں سے بھی بچنا چاہئے. یہ اکثر ایک بیماری کا علاج کرتے ہیں تو دواؤں کے ردعمل سے دوسری شروع ہو جاتی ہے.

یہ ایک حقیقت ہے کہ امریکہ میں دو دفعہ ڈاکٹروں نے ہڑتال کی، دونوں دفعہ اس دوران مرنے والوں کی تعداد (Death Rate) میں واضح کمی ہو گئی. یاد رکھیں کہ ڈاکٹر کا کام آپ کو صحت مند رکھنا نہیں بلکہ بیماری کا علاج کرنا ہے. بہتر یہ ہے کہ بیماری سے پہلے ہی احتیاط کی جائے ورنہ بعد میں زیادہ مشکل ہوتی ہے اور دوبارہ مکمل صحت مند ہونا مشکل ہوتا ہے. ہم پہلے صحت کو پیسے کمانے کے چکر میں تباہ کر دیتے ہیں، پھر اسی پیسے سے صحت واپس لینے کی ناکام کوشش میں لگے رہتے ہیں. ایک مضحکہ خیز حقیقت یہ ہے کہ ہم لوگ اپنی کار (یا موٹر سائیکل) کا اپنے جسم سے زیادہ خیال و خاطر کرتے ہیں.

یقین کامل:

لفظ Faith مذہب کے لیے بھی استعمال ہوتا ہے کہ آپ کی فیتھ کیا ہے، کیا آپ مسلمان ہیں، کرسچن یا ہندو. لیکن اس کا اصل مطلب اندرونی یقین ہے. یہ اندرونی یقین کیا ہے؛ یہ

دراصل اعتماد کا اونچا درجہ ہے. جب یہ یقین آپ کے دل کی گہرائیوں میں اتر جاتا ہے تو یہ یقین کامل Faith کہلاتا ہے. جن لوگوں میں یہ یقین زیادہ ہوتا ہے وہ ہر کام آسانی سے کر لیتے ہیں، ان کے راستے خود بخود صاف ہوتے جاتے ہیں.

ایک دن حضرت عیسیٰؑ اپنے حواریوں کے ساتھ سفر پر تھے، رستے میں ایک پہاڑ نظر آیا جس کے پیچھے ایک جھیل تھی. وہ اپنے حواریوں سے کہنے لگے کہ یہ پہاڑ جو تم دیکھ رہے ہو، اگر چاہو تو یہ پیچھے جھیل میں غرق ہو جائے حواریوں نے پوچھا کہ یہ کیسے ممکن ہے. حضرت عیسیٰؑ نے کہا کہ صرف تمہیں یقین ہونا چاہئے، مکمل یقین، پھر یہ ہو جائے گا. اسی واقعہ سے یہ محاورا بنا ہے کہ Faith can move the mountains (یقین کامل پہاڑوں کو ہٹا سکتا ہے). یقین کامل کسی نہ کسی حد تک ہر انسان میں موجود ہے. اس کی کمی کی وجہ سے زندگی میں ہر قسم کی مشکلات آتی ہیں چاہے وہ مالی ہوں جسمانی یا ذہنی. یہ بات تو ہر شخص جانتا اور مانتا ہے کہ جو کام بھی آپ خود اعتمادی کے ساتھ کریں گے اس کی کامیابی کے بہت زیادہ امکان ہیں بہ نسبت اس کام کے جو آپ بے یقینی اور بے اعتمادی کے ساتھ کریں.

فلاسفر کہتے ہیں کہ وہ اعتماد جس سے پہاڑوں کو اپنی جگہ سے ہٹایا جا سکتا ہے، انسان کا اپنی ذات پر بھروسہ کرنا ہے. اس کی آسان سی مثال اس طرح ہے کہ ایک نوجوان کار چلانی سیکھتا ہے. شروع چند گھنٹے کسی ماہر کے ساتھ گزارتا ہے، اس کے بعد وہ گاڑی لیکر چلاتا پھرتا ہے. اگر وہ شخص گاڑی یقین اور خود اعتمادی کے ساتھ چلاتا ہے تو اس کے حادثہ ہونے کے بہت کم امکانات ہیں؟ بہ نسبت اس شخص کے جو کم یقین، کم خود اعتمادی کے ساتھ گاڑی چلائے گا شروع شروع میں جو بھی نئی نئی گاڑی چلانا سیکھتا ہے اور چلاتا ہے اس کو کم اعتماد ہوتا ہے. باہر سے تو یہ شخص کہے جا رہا ہے کہ اسے اعتماد ہے، لیکن اس کے اندر کھٹ بٹ لگی ہوئی ہے کہ وہ غلطی نہ کرے یا کوئی حادثہ نہ ہو جائے. اگر آپ اس سے پوچھیں کہ کیا تمہیں اعتماد ہے اپنی کار ڈرائیونگ پر، تو وہ شخص عموماً یہی کہے گا ہاں مجھے اعتماد ہے. لیکن اندرونی طور پر اسے اس وقت تک اعتماد نہیں ہوتا جب تک وہ چند ایک بار اکیلا گاڑی نہ چلائے.

اسی طرح ایک دوسرا شخص نیا نیا کاروبار شروع کرتا ہے تو پہلی دفعہ جب وہ کسی گاہک کا سامنا کرتا ہے تو وہ اندر سے گھبرا رہا ہوتا ہے کہ کہیں گاہک واپس نہ چلا جائے، دوسری بار اسے

کچھ اعتماد ہوتا ہے، چند ایک تجربات کے بعد وہ اعتماد زیادہ ہو جاتا ہے۔

اس میں ایک اہم سمجھنے والی بات یہ ہے کہ جب تک آپ کو کسی چیز کا عملی تجربہ نہیں ہو جاتا آپ کا یقین مکمل نہیں ہوتا. اس کی مثال آپ ایسے لے لیں کہ آپ کسی کو سائیکل چلانا یا تیرنا سکھانا چاہتے ہیں، آپ اس کو ان کے اصول اور طریقے چاہے سو بار سمجھائیں، لیکن جب تک وہ شخص خود تیرنا یا سائیکل چلانا نہیں شروع کرے گا، وہ بالکل نہیں سیکھ سکتا چاہے آپ اس کو سارا سال سمجھاتے رہیں. چند بار کامیابی حاصل ہونے کے بعد ہی وہ پکا ہوگا. یہ چیز انسان کی نفسیات میں شامل ہے. اسی لیے حضرت ابراہیمؑ سے اللہ تعالیٰ نے مردوں کو زندہ کرنے کا عملی تجربہ کروایا تھا. جس میں انہوں نے چار مختلف پرندوں کو ذبح کر کے پھر زندہ ہوتے دیکھا تھا.

عام حالت میں یہ کہنا بالکل صحیح ہے کہ زندگی میں کامیابیاں اور انسان کا تجربہ اس کو یقین دیتا ہے، یعنی Faith زندگی کے تجربات سے ملتی ہے. جب کسی کا بھی یہ اعتماد اندر بیٹھ جائے تو اسے آپ یقین کامل Faith کہیں گے. لیکن Faith صرف ایک آدھ کام یا کاروبار میں یقین کو نہیں کہتے بلکہ یہ انسان کے مجموعی یقین کو کہتے ہیں. یہ شخص جو بھی کام دلچسپی سے کرتا ہے اس میں دوسروں سے آگے نکل جاتا ہے کیونکہ اس کے Faith کا درجہ دوسروں سے بلند ہوتا ہے. اسے یہ اندرونی یقین ہوتا ہے کہ اس کے سب کام آسانی سے ہوتے ہیں اور وہ ہر کام میں عام لوگوں سے بہت بہتر رہتا ہے. جب یقین کسی کے دل میں بیٹھ جائے تو پھر وہ کسی بھی حالت میں ہو پر امید رہتا ہے.

یقین کا اونچا درجہ رکھنے والا انسان اگر کوئی کام کرنے لگے تو پھر چاہے اس کے آس پاس کے سو آدمی اسے یہ کہہ رہے ہوں کہ یہ کام مت کرو نقصان ہوگا، مگر اس شخص کو اگر اندرونی یقین یہ کہہ رہا ہو کہ یہ کام کامیابی سے ہوگا تو اسے کامیابی ہوگی. مضبوط یقین والے شخص کی خاصیت یہ ہے کہ کوئی بھی شخص کیسے بھی حالات اس کا یقین نہیں ڈگمگا سکتے. یہ یاد رکھیں کہ کسی چیز کے بارے میں سوچنے اور یقین کرنے میں بڑا فرق ہے. آدمی جو بھی یقین کرتا ہے اس کے ساتھ وہی ہوتا ہے، وقتی طور پر مثبت سوچنے اور دل میں بسے ہوئے یقین میں بڑا فرق ہے. دل میں قائم ہوا یقین ہر حالت میں اندر موجود رہتا ہے یہی یقین کامل ہوتا ہے. اس اندرونی یقین کا تعلق گو بظاہر دنیاوی کام کاج سے لگتا ہے اصل میں روحانی کاموں میں بھی بنیادی یہی اصول ہے. آپ کی دعا کی قبولیت میں بھی بنیادی طور پر یقین کامل کا ہی عمل دخل ہے.

عام زندگی میں اس کو حاصل کرنے کے تین قدم (درجے) ہیں جن سے گزر کر آدمی اس کو حاصل کر لیتا ہے.

1. کامیابیاں Achievements
2. اعتماد Confidence
3. یقین Faith

1. کامیابیاں Achievements

یہ Faith میں پہلا قدم ہے. جب آپ کوئی بھی چھوٹا موٹا کام کرتے ہیں اور اس میں آپ کو کامیابی ہوتی ہے تو یہ خود اعتمادی کی طرف پہلا قدم ہوتا ہے. چند بار چیزیں کامیابی سے کرنے کے بعد آپ کو اعتماد حاصل ہو جاتا ہے.

2. اعتماد Confidence

چند بار کامیابی حاصل کرنے کے بعد آپ کو خود اعتمادی ملتی ہے، پھر کچھ اور کامیابیوں کے بعد یہ اعتماد اور مضبوط ہو جاتا ہے. گو صرف اعتماد کانفیڈنس ہی آپ کی زندگی کی ہر کامیابی میں اپنا کردار ادا کرتا ہے اور یہ ہر ایک کامیاب آدمی، سیاسی لیڈر، مقرر یا اداکار کی کامیابی میں بڑی اہمیت کا حامل ہے. بغیر اس کے ان میں سے کوئی بھی کامیاب نہیں ہو سکتا. مگر ہمارے سبق میں یہ ابتدائی قدم ہے. ہم یہاں سے ہی شروعات کرتے ہیں. اس سے اگلا اور اہم قدم یقین کامل (Faith) ہے.

1 یقین Faith

اعتماد کے اندر بیٹھ جانے کو فیتھ کہتے ہیں. جب آپ عام کاموں میں کامیابی حاصل کرنے لگتے ہیں تو پھر آپ کے اندر یہ یقین گہرا ہوتا چلا جاتا ہے. آپ کسی بھی نئی چیز کو کرنے سے نہیں گھبراتے اور آپ جو بھی کام کرتے ہوں اگر آپ کو اس میں واقعی دلچسپی ہے تو جلد ہی آپ اس میں کامیاب ہو جائیں گے. اس میں آپ نے یقین کو بڑھانے کے لیے قوت ارادی کا لازمی استعمال کرنا ہوتا ہے. اہم اصول یہ ہے کہ یقین عمل کی طرف رجوع کرتا ہے اور عمل یقین کی طرف. یہ سلسلہ اس وقت تک جاری رہتا ہے جب تک عمل اور یقین ہماری شخصیت کا حصہ نہیں

بن جاتا.

فیتھ کی یہ صفت ہے کہ ایک حد تک پہنچ جانے کے بعد یہ بڑھتی ہی جاتی ہے اور اگر توکل خدا، سچائی اور ایمانداری کی طاقت اس کے پیچھے ہو تو یہ بے حد و حساب بڑھ جاتی ہے.

شک و شبہ اس کا سب سے بڑا دشمن ہے، جہاں شک و شبہ آیا وہاں یقین کامل ختم ہونے لگ پڑتا ہے. دراصل شک و شبے سے لڑنے سے ہی یقین بڑھتا ہے. جب انسان کے دل میں یقین بیٹھ جاتا ہے اور اس کے ذہن میں کوئی شک و شبہ نہیں رہتا تو اسے آپ بالائی درجے کا Faith کہیں گے. دراصل ہمارے مذہب کی بنیاد میں یہ چیز شامل ہے لیکن اکثر لوگوں کو اس کی خبر نہیں.

قرآن کریم سورۃ بقرہ میں "الم٥ ذلك الكتب لا ريب فيه" اس کتاب میں کوئی شک نہیں سے شروع ہو کر سورۃ الناس پر ختم ہوتا ہے جو کہ شک سے لڑنے کی دعا ہے.

اس سے بڑی مثال میں آپ کو کیا دے سکتا ہوں.

اسلام کی روحانیت میں یقین کے تین درجے ہیں.

1. علم یقین
2. عین الیقین
3. حق الیقین

علم یقین عام یقین کو عین الیقین درمیانے درجے کے یقین کو اور حق الیقین سب سے اوپر والے درجے کے یقین کو کہتے ہیں جس کی اونچائی کی کوئی حد نہیں، اس کی مثال بھی آپ کو گھڑے اور پانی سے ہی دیتا ہوں. پرانی مثال سہی مگر یہی مناسب ترین اور عام فہم ہے.

اگر آپ کہیں گھڑے کو دیکھیں تو اس کو باہر سے کچھ گیلا دیکھ کر یہ کہہ سکتے ہیں کہ اس میں پانی موجود ہے، اس کو آپ یقین کہیں گے. پھر آپ قریب گئے تو آپ نے پانی آنکھوں سے دیکھا آپ کو کوئی شک و شبہ نہیں رہا کہ پانی ہے یا نہیں، آپ نے پانی کو جسم میں محسوس بھی کر لیا. اس کو آپ حق الیقین کہیں گے. دیکھنے کے بعد بھی شک ہو سکتا ہے کہ آنکھیں دھوکا کھا سکتی ہیں. لیکن پانی پینے اور اپنے جسم کے اندر محسوس کرنے کے بعد کوئی شک نہ رہا کہ یہ خواب نہیں حقیقت ہے اور پانی کی حقیقت کیا ہے، پانی اور آپ ایک ہو چکے ہیں. یقین کے انہی درجوں کے درمیان آپ کی پوری روحانیت گھومتی ہے.

اسلام کی روحانیت میں اس کا مزید ذکر کیا گیا ہے.

سادہ طور پر آپ یقین کو یہ سمجھیں کہ آپ کا سننا کہ یقین کوئی چیز ہے علم الیقین جب آپ نے اس چیز کو قریب سے دیکھ لیا عین الیقین اور جب آپ نے اس چیز کو پرکھ کر ٹٹول کر اور استعمال کر کے دیکھ لیا، جب ہر قسم کا شک دور ہو گیا تو اسے حق الیقین سمجھ لیں.

اگر آپ بھی نئے کام کو کرتے وقت یہ سوچیں کہ یہ مشکل کام ہے تو آسان سا کام بھی مشکل ہو جائے گا اور اگر کسی نسبتاً مشکل کام کو کرتے وقت اگر آپ یہ سوچیں کہ یہ آسان سا کام ہے تو وہ کام آپ باآسانی کر لیں گے. یہ ایک حقیقت ہے اور آپ کے لاشعور کی طاقت کی ادنیٰ سی مثال ہے. اور ہمارا لاشعور یقین کامل (Faith) کے اصول پر اور اس کے زیر کمان کام کرتا ہے یعنی جس چیز پر ہمارا یقین (اعتقاد) بیٹھ جاتا ہے اس چیز میں کامیابی ہونے لگ پڑتی ہے اور لاشعور اس میں خود بخود مدد کرنے لگ پڑتا ہے. یہ آسان کام کو مشکل اور مشکل کام کو آسان بناتا ہے.

یقین اس وقت تک یقین کامل میں تبدیل نہیں ہوتا جب تک انسان اپنی بنیادی ضروریات (کھانا، پینا، چھت وغیرہ) سے بے فکر نہ ہو جائے یا مالی معاملات میں فکرمند رہنے والے کو شک و شبہ ہر قدم پر پکڑتا ہے اور اس کا یقین کمزور ہونے لگ پڑتا ہے، اسی اصول کی بناء پر مختلف مذہبوں کے روحانیت والے دنیا چھوڑ فقیر ہو جاتے تھے تا کہ اس جھنجھٹ سے ہی بچیں.

یقین کامل (Faith) کی بہترین تشریح یہ ہے کہ مثبت سوچنا اور ہر کام کرتے وقت کامیابی ذہن میں رکھنا جب انسان کی اندرونی اور مستقل سوچ کا حصہ بن جاتا ہے اور یہ چیز اس کے وجود میں رچ بس جاتی ہے تو یہ یقین کامل کہلاتی ہے. اپنی بنیادی ضروریات کی طرف سے بے فکر ہوئے بغیر یہ مکمل نہیں ہوا کرتا کیونکہ پھر انسان اسی وجہ سے شک و شبہ میں رہا کرتا ہے.

دنیا میں کامیاب ترین اور ناکام ترین انسان میں فرق صرف یقین کا ہی ہے. چاہے آپ اسے مادی یا دنیاوی طریقے سے لیں یا روحانی طور سے. میاں منشا (مشہور صنعت کار) اور ایک دیہاڑی والے مزدور میں بنیادی فرق اسی کا ہے. بہت سے لوگ یہ کہیں گے کہ فلاں شخص یا میاں منشا کو شروع میں مدد ملی تھی اور مزدور کو کہاں سے یہ مدد ملے گی.

اس کا جواب یہ ہے کہ مزدور کو چھوٹا ٹھیکیدار بنتے کتنا وقت لگتا ہے اور چھوٹے سے بڑا ٹھیکیدار بننے میں کتنا وقت چاہیے. یا کسی بادشاہ یا بہت امیر انسان کے کسی پر مہربان ہوتے کتنی دیر لگتی ہے. مالی کامیابیوں میں بنیادی فرق ہر حالت میں (Faith) یقین کا ہوتا ہے. اسی بنیادی یقین کے

ساتھ ساتھ اس میں انسان کی جدوجہد (Efforts) اس کی قوت ارادی (Determination) مستقل مزاجی، ماں باپ اور قریبی عزیزوں کی دعاؤں کا عمل دخل ہوتا ہے۔

Efforts کی اپنی قدر ہے دعاؤں کی اپنی جگہ اور قدر ہے، لیکن یقین کامل سب سے اہم اور بنیادی چیز ہے۔ اگر صرف Efforts اور محنت سے ملتا تو گدھا سب سے زیادہ محنت کرتا ہے اور اگر صرف عقل سے ملتا تو بیوقوف بھوکے مرجاتے۔ دعائیں بھی یقین کی ایک قسم میں آتی ہیں جو کہ اپنے اپنے یقین اور اللہ کی مہربانی کے مطابق ہوتی ہیں، اس میں چھوٹی موٹی مدد ملنے سے لے کر زمین الٹ دینے تک کی طاقت موجود ہوتی ہے (دعا کے باب میں اس کی کچھ تفصیل موجود ہے)۔ اس میں یقین کامل اور اللہ کے درمیان سیڑھی توکل اللہ کا کام ہوتا ہے، جس کا بعد میں ذکر کیا گیا ہے۔

اس کے علاوہ قوت ارادی (Will Power) کا بھی ہر انسان میں موجود ہونا ضرور ہوتا ہے مگر اس کی اہمیت سے عام لوگ بھی واقف ہیں۔ آپ کی ہر کامیابی کے پیچھے آپ کا یقین موجود ہوتا ہے اور ہر ناکامی کی وجہ آپ کے یقین کی کمی ہے۔

قرآن میں ایک دعا کا ذکر ہے "لا الہ الا انت سبحنک انی کنت من الظالمین" حضرت یونسؑ نے مچھلی کے پیٹ میں یہی دعا کی تھی۔ دراصل ہم خود ہی اپنا اچھا اور برا کرتے ہیں۔ پھر قرآن میں سورہ بقرہ میں لکھا ہوا ہے ''اللہ تکلیف نہیں دیتا کسی کو مگر جس قدر اس کی گنجائش ہے اسی کو ملتا ہے جو اس نے کمایا اور اسی پر پڑتا ہے جو اس نے کیا''۔ قرآن میں یہ بھی لکھا ہے ''لیس الانسان الاماسعی'' ''کچھ نہیں علاوہ اس کے جو تم ہاتھوں میں کماؤ''۔ اس کے علاوہ بھی قرآن میں کئی مثالیں موجود ہیں۔ لیکن قرآن کو لوگ شاید ۵۰۰ سال کے بعد زیادہ سمجھیں گے، ابھی مسلمان دوسرے جھگڑوں سے فارغ ہو لیں

جیسے شیعہ حضرات کہتے ہیں کہ قرآن پاک کی ترتیب صحیح نہیں ہے، یعنی سورتیں آگے پیچھے لکھی ہوئی ہیں۔ بھائی بات یہ ہے کہ کیا آپ قرآن کو اتنا سمجھ رہے ہیں کہ اس کی صورتوں کے آگے پیچھے ہونے سے فرق پڑ جاتا ہے۔ یا سیدھے لفظوں میں آپ اس کو پڑھیں اور سمجھیں بجائے بے کار بحثوں میں وقت ضائع کرنے کے۔ یا پھر ہم اہل سنت کی یہ بحث کہ رسول پاک ﷺ کی معراج جسمی تھی یا روحی۔ اکثر ہم لوگ ایسی ہی بحثوں میں لگے ہوتے ہیں جن کا کوئی نتیجہ ہی نہیں نکل سکتا اور جن کا ہم کوئی ثبوت بھی نہیں دے سکتے۔ میں قرآن پاک کا عالم نہیں ہوں

لیکن اتنا مجھے پتہ ہے کہ اس میں صاف باتیں بھی لکھی ہوئی ہیں اور اشارتی زبان بھی استعمال ہوئی ہے۔ کچھ صرف مثالیں دی گئی ہیں۔ کچھ باتیں اور حکم صرف اس وقت کے لیے تھے۔

اسلام میں جسم اور روح میں سے اہمیت ہر حالت میں روح کو ہی دی گئی ہے، جسمانی زندگی تو ایک دن کی ہے (گو میرا یقین یہ بتاتا ہے کہ جب ہمیں اسلام میں زیادہ باریکیوں کی واقعی ضرورت پڑے گی تو اللہ ایسے مسلمان پیدا کر دیگا جو انہیں بھی بہتر طریقے سے سمجھ سکیں گے)۔

یقین کامل کو اعتقاد بھی کہا جاسکتا ہے۔

مگر اعتقاد ہم اس کے ایک چھوٹے حصے کو کہتے ہیں جو کسی مخصوص چیز کے بارے میں ہوتا ہے۔ یقین کا استعمال دنیاوی کاموں میں لازمی ہوتا ہے جب کہ توکل اللہ روحانی کاموں میں سب سے لازم شے ہوتی ہے۔ اس لیے یقین کو دنیاوی کاموں میں استعمال کریں اور توکل اللہ کو سالک (راہ سلوک کے راہ رو) اپنا رہنما تصور کریں۔ یقین کامل آپ کو ہر ممکن بلندی تک لے جا سکتا ہے، ہر طرح کی دنیاوی اور روحانی کامیابی دے سکتا ہے۔ لیکن انسان پھر بھی انسان ہی رہتا ہے اللہ نہیں بن سکتا۔

یہاں پر قضا اور قدر (جبر و اختیار) کا مسئلہ آجاتا ہے۔

قدر انسان کی کوششوں کو کہتے ہیں۔

قضا اللہ کی مرضی کو کہتے ہیں۔

انسان اپنی کوششوں سے بہت اوپر تک جا سکتا ہے لیکن ایک حد کے بعد اس کا بس ختم ہوجاتا ہے، پھر اللہ کی مرضی چلتی ہے۔ حضرت علیؓ کا فرمان ہے "میں نے اللہ کو اپنے ارادوں کے ٹوٹ جانے سے پہچانا''۔ ایک حد کے بعد انسان کا بس ختم ہوجاتا ہے ورنہ انسان شاید خدائی کا پکا دعویدار بن جاتا۔ لیکن انسان کی حد بہت آگے تک ہے۔ جس کا تعین آپ کا یقین کامل اور توکل اللہ ہی کرتا ہے۔ سیانے کہتے ہیں خدا کی دنیا میں کوئی چیز ناممکن نہیں، ناممکن صرف یہ ہے کہ ممکن چیز کو ناممکن طریقے سے حاصل کرنے کی کوشش کی جائے۔

فیتھ کو بڑھانے کے شروع میں احتیاط ضروری ہے، اس کو قدم بہ قدم بڑھانا بہتر ہے۔ اس کی مثال ایسے ہی ہے جیسے کوئی اناڑی چھلانگ لگا کر چھت پر چڑھنے کی کوشش کرے۔ اس کو چاہئے کہ پہلے کم اونچی دیوار پر چڑھنے کی پریکٹس کرے، پھر کچھ اور اونچی کوئی چیز ڈھونڈے، اور جب وہ اس پر بھی حاوی ہوجائے تو پھر چھت پر چڑھنے کے لیے جمپ کرے پہلے کم اونچی چیز پر

چڑھنے سے اسے طریقہ، تجربہ اور اعتماد ملے گا.

شروع میں ہی چھت پر چڑھنے کے لیے چھلانگ لگانے میں نتیجہ ناکامی ہوگا اور اگر دوسری بار بھی ناکامی ہوئی تو یہ یقین اندر بیٹھ جائے گا کہ میں چھت پر نہیں چڑھ سکتا. جب یہ بات اندر بیٹھ گئی تو پھر چاہے دیوار سے نئے سرے سے شروع کرے وہ چھت پر کبھی نہیں چڑھ سکے گا. عام لوگ یقین کو تھوڑے سے شروع کر کے قدم بقدم ہی بڑھائیں تو اچھا ہے، گو اگر آپ میں حوصلہ ہے اور شک وشبہ نہیں ہے تو آپ شروع میں ہی چھلانگ لگا سکتے ہیں. میں نے آپ کو سمجھانے کے لیے یہ تشبیہہ تو دی ہے لیکن اصل مقصد بیان کرنا پھر بھی مشکل ہے. میں نے ہر زبان کی کتابوں میں تشبیہات دیکھی ہیں جس میں طرح طرح کی مثالیں دی گئی ہیں. جن میں کچھ روحانی اور اللہ کے مسئلوں میں بھی تھیں، لوگوں نے وہاں بھی مادی دنیا کی مثالیں دیں. جن میں زیادہ تر زمان و مکاں (Time and space) کا قانون چلتا ہے. لیکن کیا روحانیت اور اللہ کے معاملوں میں بھی یہی مثالیں لاگو ہوتی ہیں، میرے خیال میں ایسا کم ہی ہوتا ہے. لیکن کیا کریں مجبوری ہے کام تو چلانا ہے. لوگوں کو ایسے ہی سمجھایا جا سکتا ہے.

ہم لوگ اپنی زندگی میں اس یقین کو کیسے استعمال کرتے ہیں اس کی ایک مثال اس طرح ہے. زاہد پر ایک قانونی مقدمہ ہو گیا ہے. گو وہ بے قصور ہے لیکن قانون اندھا ہے اس لیے تین چار سال سزا بھی ہو سکتی ہے. اس نے وکیل کر لیا ہے لیکن تسلی نہیں ہے. اب پہلا کام تو وہ یہ کریگا کہ دعا کریگا. اس نے دعا کی مگر پھر بھی تسلی نہ ہوئی کیونکہ دعائیں تو ہر انسان کرتا رہتا ہے زاہد بھی کرتا تھا، کچھ قبول ہوتی ہیں کچھ نہیں. اس نے دوسری ترکیب سوچی جو عام پاکستانی کرتے ہیں. کسی نے بتایا کہ پاس ہی ایک مزار ہے اس میں منت مانگو کہ میں پانچ سو روپے کا چڑھاوا چڑھاؤں گا. اب زاہد یہ کرنا چاہتا ہے کیونکہ اس نے مثالیں سنی ہیں کہ فلاں فلاں کا کام ہو گیا تھا اسی مزار پر چڑھاوا چڑھانے کی منت مانگنے کے بعد. اب زاہد یہ کرنا چاہتا ہے لیکن پھر بھی شک ہے کہ پتہ نہیں کام ہو یا نہ ہو. وہ پاس کے مزار کے چھوٹے درجہ کے بزرگ کے بجائے کسی بڑے مزار جیسے داتا صاحب جانا چاہتا ہے کہ وہاں تو زیادہ لوگوں کے کام ہوتے ہیں اس کا کام بھی ہو جائے گا. پھر کسی نے کہہ دیا کہ عمرہ کی منت مانو تو تمہارا کام ضرور ہو جائے گا اب زاہد وہ کرنا چاہتا ہے.

اب بات اصل میں یہ ہے کہ انسان شروع سے مادی چیزوں پر یقین کرنے والا رہا ہے،

جو اس کو نظر نہ آئے اس پر اس کو یقین نہیں آیا. زاہد نے پہلے دعا مانگی لیکن تسلی نہ ہوئی کہ میری کیا حیثیت ہے کہ اللہ میری سنے گا. اس لیے اس نے پاس کے مزار پر منت مانگنے کا سوچا، یعنی بلا اپنے گلے سے اتار کر صاحب مزار یعنی بڑی چیز پر ڈالنے کا سوچا. پھر چونکہ وہاں کئی دفعہ جا چکا تھا دوبارہ شک ہوا چنانچہ اس نے اور بڑے بزرگ کے سر پر یہ مسئلہ چھوڑنے کا سوچا کہ سارا ضلع یا صوبہ وہاں جاتا ہے وہاں اس کا کام ضرور ہوگا، وہ بہت بڑے بزرگ ہیں.

اب اس کے بعد بھی تسلی نہیں ہوئی تو عمرے کی منت مان لی. کہ ساری دنیا وہاں جاتی ہے اور اللہ وہاں بیٹھا ہوا ہے اپنے مکان میں. انسان کی نفسیات میں یہ چیز شامل ہے کہ وہ اسی طرح کے سہارے ڈھونڈتا رہتا ہے حالانکہ اللہ نے ہی کام کرنا ہے، اللہ ہر جگہ موجود ہے. اب اگر زاہد کا یقین پکا ہے اور وہ چھوٹے مزار پر ہی بیٹھ گیا ہے تو پھر اس کا کام وہاں سے ہی ہو جائے گا. اگر یقین مکمل نہیں تو عمرے پر جا کر بھی نہ ہوگا. یہ اپنی اپنی سمجھ کی بات ہے بت پرستوں کو بھی بتوں سے کچھ نہ کچھ مل جاتا ہے. ان سب چیزوں میں انسان کے اپنے یقین کو بنیادی حیثیت حاصل ہے. اگر وہ نہیں تو کہیں بھی کام نہ ہوگا. ہم سب اپنے فیتھ کو اسی طرح استعمال کرتے ہیں حالانکہ شروع میں ہی اللہ پر یقین کرنا ہی صحیح اور مکمل راستہ ہے. لیکن انسان سامنے دیکھنے والی چیزوں پر یقین کرنے کی وجہ سے ان دیکھی چیزوں پر کم ہی اندرونی یقین کرتا ہے، خصوصاً اس سائنسی دور میں.

مغربی ملکوں کے باشندوں میں بہت سی صفات ہونے کے باوجود سب سے بڑی ایک خامی یہ ہے کہ وہ ان دیکھی چیزوں پر یقین نہیں کرتے، اللہ بھی ان دیکھی چیز ہے وہ اس پر کیسے یقین کر لیں. چاہے وہ مذہب کے لحاظ سے کرسچن ہوں یا یہودی، اندرونی طور پر وہ ان دیکھی چیزوں پر یقین نہیں رکھتے. خدا کو اگر مانتے بھی ہیں تو صرف ایک نام کی حد تک. اس نقص کی بنیادی وجہ ان کی تعلیم ہے. جو تعلیم انہیں ملتی ہے وہ اپنی نوکری ڈھونڈنے میں تو مددگار ہو سکتی ہے لیکن Faith on Unseen "بغیر دیکھے یقین" میں سب سے بری رکاوٹ ہے. مغربی ملکوں کی تعلیم میں سب سے بڑی کمی یہی ہے کہ وہ فیتھ (یقین) نہیں سکھاتی خصوصاً بغیر دیکھے کا یقین، کیونکہ ان کی تعلیم کی بنیاد صرف Logic (دلیل) ہے.

اس کی کمی کی وجہ سے ان کی زندگی ادھوری رہ جاتی ہے. اور روحانیت کا پہلو بالکل نظر انداز کر دیا جاتا ہے. ہم بھی چونکہ عام دنیاوی و سائنسی تعلیم وہی حاصل کرتے ہیں اس لیے عموماً ہمارے لیے بھی وہی مسئلہ ہوتا ہے. اسی لیے کہا گیا ہے "العلم الحجاب الاکبر".

مذہبی علم کے علاوہ ہر دوسرے علم کی بنیاد سائنٹیفک ہوتی ہے۔ یہ علوم عمل در عمل اور Time and Space کی بنیاد پر چلتے ہیں، لیکن انسان کی روح ان اصولوں سے آزاد ہے، اس پر آپ یہ کلیہ لاگو نہیں کر سکتے۔ ہم سے پہلے جو دوسری اہل کتاب قومیں گزری ہیں یعنی اہل یہود اور عیسائی، ان دونوں کو ان کے پیغمبروں نے بہت سے معجزات دکھائے تو یہ ان کو پیغمبر مانے۔ بلکہ یہودی تو اتنے شکی مزاج تھے کہ جب تک ہر ماہ ایک آدھ معجزہ نہیں دیکھ لیتے تھے ان کا یقین کمزور پڑنا شروع ہو جاتا تھا، بلکہ مصر میں فرعون کی غلامی میں رہ کر ان میں صورت پرستی (بت پرستی) بیٹھ گئی تھی۔ انہوں نے اور بھی بری عادتیں آگے پیچھے سے اپنا لیں تھیں اس لیے جب حضرت موسیٰؑ کوہ طور پر Commandments لینے کے لیے گئے تو حضرت ہارون کی موجودگی کے باوجود یہ سامری کے پیچھے لگ گئے اور بچھڑے کی پوجا شروع کر دی، جس کے نتیجے میں حضرت موسیٰؑ کے حکم سے بطور سزا وہ تمام یہودی قتل کیے گئے جو بچھڑے کی پوجا کے مرتکب ہوئے۔

حضرت عیسیٰؑ نے بھی بیماروں کو شفا دی، پانی پر چل کر دکھایا، طوفان کو روکا، مردے زندہ کر کے دکھائے، مٹی کے پرندے بنا کر ان میں جان ڈالی۔ یہ سب معجزات دیکھ کر لوگ عیسائی ہونا شروع ہوئے پھر ان کے بارہ حواریوں کو بھی حضرت عیسیٰؑ کی دعا سے بیماروں کو شفا دینے کی صلاحیت ملی، پھر مزید لوگ عیسائی بنے۔

* مسلمان ایک ایسی قوم ہے جو بغیر دیکھے ایمان لائے ہیں۔ رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے شروع میں بغیر کوئی معجزہ دکھائے اپنے آس پاس کے لوگ مسلمان کئے اسی طرح واقعہ معراج کے بعد صبح آ کر انہوں نے مسلمانوں کو بتایا کہ میں رات کو ایسے مسجد اقصیٰ اور پھر اللہ کے پاس گیا تھا تو مسلمانوں نے فوراً مان لیا۔

بائبل میں بھی حضرت عیسیٰؑ کا ایک واقعہ موجود ہے۔ ان کے ایک حواری نے کہا کہ میں اس صورت میں آپ پر یقین کروں گا اگر آپ مجھے فلاں معجزہ دکھائیں۔ حضرت عیسیٰؑ نے وہ معجزہ دکھایا تو وہ حواری مان گیا۔ پھر حضرت عیسیٰؑ نے کہا'' وہ بھی غلط نہیں جو دیکھ کر مانتے ہیں مگر بہتر وہی ہیں جو بغیر دیکھے یقین لائے۔''

حضرت عیسیٰؑ کے حواری ایک آسیب زدہ کا علاج نہ کر پائے، اس کا علاج حضرت عیسیٰؑ نے خود کیا۔ پھر ان کے حواریوں نے ان سے علیحدگی میں وجہ پوچھی تو حضرت عیسیٰؑ نے فرمایا۔

"Because of your unbelief, for assuredly, I say to you, have faith

as mustard seed, you will say to this mountain, move from here to there, and it will move, and nothing will be impossible for you. However, this kind of faith doesn, come out except by prayer and fasting" (New Testament - Matthew -17 (17, 18, 19, 20)

ترجمہ: لازماً تمہارے یقین نہ ہونے کی وجہ سے۔ میں تمہیں کہتا ہوں کہ اگر سرسوں کے بیج کے برابر بھی یقین رکھو، پھر اگر تم پہاڑ سے کہو گے کہ یہاں سے وہاں چلا جائے تو چلا جائے گا۔ تمہارے لیے کچھ بھی ناممکن نہ ہوگا۔ لیکن ایسا یقین بغیر عبادت اور روزوں کے انسان میں نہیں آیا کرتا۔

ہم مسلمان بغیر دیکھے ماننے والوں میں سے ہیں، گو رسول پاک ﷺ نے بڑے بڑے معجزات دکھائے جیسے سورج الٹا پھرانا، چاند کے دو ٹکڑے کر دینا۔ مگر بغیر دیکھے ماننا ایمان کا اونچا درجہ ہے۔ بغیر دیکھے ماننے والے ہی اللہ کو (جو دیکھا نہیں جا سکتا) مان سکتے ہیں۔ گو انسان بنیادی طور پر ہر چیز میں وجہ (Cause and Effect) جاننا چاہتا ہے، جب تک وہ ہوتا دیکھ نہ لے اس کا یقین نہیں ٹھہرتا۔ جیسے حضرت ابراہیمؑ نے بھی اللہ ﷻ سے پوچھا کہ آپ مردوں کو کیسے زندہ کرتے ہیں۔ جس کے جواب میں اللہ نے ان کو چار پرندوں سے مثال دی کہ ان کو ذبح کر کے علیحدہ علیحدہ پہاڑ پر ڈال دو اور پھر ان کو بلاؤ۔ حضرت ابراہیمؑ نے پہلے ان کو ذبح کر کے علیحدہ علیحدہ مختلف جگہوں پر رکھا، پھر جب آواز دی تو چاروں پرندے زندہ ہو کر دوڑتے ہوئے ان کے پاس آ گئے۔

اللہ تعالیٰ نے پہلے حضرت ابراہیمؑ سے پوچھا کہ تم یہ ہوتا کیوں دیکھنا چاہتے ہو کیا تمہیں مجھ پر کوئی شک ہے۔ حضرت ابراہیمؑ نے جواب دیا'' نہ پہلے شک تھا نہ بعد میں ہوگا یہ دیکھے بغیر میرا یقین کمزور نہیں ہوگا مگر پھر بھی میں اندرونی تسلی کے لیے یہ ہوتا دیکھنا چاہتا ہوں''۔ (یہ واقعہ قرآن پاک انہی لفظوں کے ساتھ موجود ہے) یہ دیکھنے کے بعد حضرت ابراہیمؑ کو پتہ چل گیا کہ ان کا گھڑا کچا نہیں بلکہ پکا ہے۔

یقین بھی اسی وقت یقین کامل میں تبدیل ہوتا ہے جب انسان یہ سب کچھ خود کامیابی سے کر لے یا کم از کم آنکھوں سے دیکھ لے۔ Faith شک سے لڑنے سے شروع میں بڑھتی ہے پھر ایک حد پر جا کر آپ کو شک سے کم خطرہ رہ جاتا ہے کیونکہ انسان مضبوط ہو چکا ہوتا ہے۔ پھر اپنے

اندرونی ڈر کو جتنا ختم کرتے جائیں فیتھ اتنی ہی تیزی سے بڑھتی جائے گی. دراصل فیتھ شک و شبے اور ڈر و خوف کا چولی دامن کا ساتھ ہے، ہمیں ساری عمر ان سے کچھ نہ کچھ واسطہ پڑتا رہتا ہے. اندرونی ڈر کو ختم کرنے کا طریقہ آپ Visualisation کے باب میں دیکھیں.

شک کیا ہوتا ہے، وہ یہ کہ جب بھی کوئی روحانی کام یا دعا وغیرہ کرتے وقت آپ کے ذہن میں یہ آتا ہے کہ کیا یہ ممکن ہے، کیا ایسا ہو سکتا ہے، یہ کیسے ہوگا، اس کے تو کوئی ظاہری اسباب نہیں نظر آ رہے. جب ایسی چیزیں زور پکڑتی ہیں تو انسان کی صلاحیت اور یقین ختم ہونا شروع ہو جاتا ہے.

Faith جب تھوڑی بڑھ (Develop) ہو جاتی ہے تو پھر جو چیز بھی آپ کو ضرورت ہوتی ہے وہ خود بخود آپ کے راہ میں آتی جاتی ہے. اس کی مثال ایسی ہی ہے جیسی ہندو عقیدوں میں ایک خاص ناگ کے متعلق ملتی ہے. ان کے کہنے کے مطابق یہ ناگ ہمیشہ بل میں گھسا رہتا ہے جب بھی اس کو خوراک کی ضرورت ہوتی ہے جیسے چوہا مینڈک چڑیاں وغیرہ، یہ ناگ ان کو اپنی طرف کھینچ لاتا ہے اس کو اپنے بل سے تھوڑی دیر ہی کے لیے آنا پڑتا ہے. اس کی خوراک اس کی طرف خود ہی کھنچی آتی ہے یہ اسے کھا کر پھر بل میں گھس جاتا ہے. Faith کی مثال واقعی ایسی ہی ہے، یہ میں کوئی سنی سنائی نہیں بلکہ اپنی بار بار کی پرکھی ہوئی اور مختلف روحانیوں کے تجربے میں آئی ہوئی بات بتا رہا ہوں. بلکہ ہر خوش قسمت (Lucky) انسان کے ساتھ کم و بیش یہی ہوتا ہے. جب فیتھ ایک حد سے اوپر چلی جاتی ہے تو پھر آپ کو جدوجہد کرنے کی ضرورت نہیں رہتی آپ اپنے بل کے پاس بیٹھے ہیں، ہر کوئی چل رہا ہے، ساری دنیا چل رہی ہے، آپ کو چلنے کی کوئی ضرورت نہیں (لیکن یہ بیٹھ کر ہی سب کچھ حاصل کر لینا روحانیت میں خاصی ترقی کے بعد آتا ہے. اگر کوئی انسان شروع میں ہی ناگ کی طرح بیٹھ کر انتظار کرتا رہا تو پھر اسکا اللہ ہی حافظ ہے، مگر یقین کا درجہ بڑھنے کے بعد ایسا ہوتا رہتا ہے) میرے گجراتی دوستوں کو سانپ کی مثال کافی پسند آئی ہے کہ ''پیر جی ایہہ کم دی گل کیتی نیں'' ''پیر صاحب آپ نے یہ کام کی بات بتائی ہے.''

بہر حال ہر کامیابی میں اسباب قوت ارادی (Will Power) جدوجہد (Effort) اور مستقل مزاجی (Determination) کی بھی ضرورت ہوتی ہے، خصوصاً اگر آپ (Practicle) یا کاروباری دنیا میں بستے ہیں آجکل مغرب والوں نے انہی چیزوں پر اپنے ہر کام کی بنیاد رکھی ہے اور ہم مشرق والوں اور خصوصاً مسلمانوں نے صرف دعا پر.

نتیجہ آپ کے سامنے ہے.

اگر آپ قوت ارادگی، محنت و جدوجہد اور مستقل مزاجی کے ساتھ اپنے یقین کی طاقت بھی شامل کر لیتے ہیں تو پھر آپ جس لائن کو بھی منتخب کریں گے آپ اپنے ملک کے چوٹی کے لوگوں میں شامل ہو جائیں گے.

ہم مسلمانوں کو اس نقطے پر بہت توجہ دینے کی ضرورت ہے. آپ جس بھی نئے کام کو شروع کرتے ہیں عموماً آپ کو مستقبل میں اس کے اچھے امکانات کی امید ہوتی ہے ورنہ آپ اس کو شروع ہی نہ کریں اور جس کام میں آپ کو مستقبل میں نقصانات نظر آتے ہیں اس سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں. لیکن کیا آپ کے منتخب شدہ کام کا نتیجہ آپ کے خیال کے مطابق ہی نکلتا ہے؟ نتیجہ آپ کے اندازے کے مخالف بھی نکل آیا کرتا ہے. اس بات کو سمجھانے کے لیے کہ مستقبل میں کیا ہونا ہے اور بظاہر اس کے امکانات کیا نظر آ رہے ہوتے ہیں ایک کہانی بیان کی جاتی ہے.

ایک کسان نوجوان کا گھوڑا قریب ہی منگولوں کے علاقے میں غلطی سے چلا گیا اور منگولوں نے وہ گھوڑا اپنے قبضے میں کر لیا. گاؤں میں لوگوں کو اس بات کا پتہ چلا تو وہ اس نوجوان کے پاس افسوس کرنے آئے. جب وہ افسوس کر کے واپس جا رہے تھے اس وقت نوجوان کا بوڑھا باپ دروازے کے پاس بیٹھا ہوا تھا، وہ بولا ''شاید یہ اچھا ہوا ہے کہ گھوڑا چلا گیا'' لوگ یہ سن کر حیران ہوئے کہ یہ کیسے ہو سکتا ہے. لیکن کوئی دو ماہ کے بعد ہی منگول اس نوجوان کا گھوڑا آ کر واپس دے گئے اور ساتھ ہی ایک بہت شاندار اعلیٰ نسل کا گھوڑا اس کو بطور انعام دیا. کیونکہ نوجوان کے گھوڑے نے ان کے سردار کی ایک لڑائی میں جان بچائی تھی.

اب نوجوان کے وارے نیارے ہو گئے سب لوگ اپنی گھوڑیاں اس کے پاس نسل کشی (Breading) کے لیے لے کر آنے لگے. اس کی اچھی خاصی کمائی شروع ہو گئی، وہ اپنے آس پاس کے علاقوں میں گھوڑے کیوجہ سے مشہور بھی ہو گیا اور اس نے کچھ مزید زمین بھی خرید لی. اب گاؤں کے لوگ اس کو مبارک دینے آئے کہ یہ بہت اچھا ہوا، تمہیں بہت اچھا گھوڑا مفت مل گیا، مبارک ہو. جب وہ مبارک دیکر واپس جا رہے تھے تو نوجوان کا بوڑھا باپ پھر دروازے کے پاس بیٹھا حقہ پی رہا تھا، وہ بولا ''شاید یہ برا ہوا ہے کہ اس کو یہ گھوڑا ملا'' سب لوگ اس کی بات سن کر حیران ہوئے پھر ناک بھوں چڑھاتے ہوئے گھروں کو چلے گئے کہ یہ بوڑھا سٹھیایا

ہوا ہے۔

وہ نوجوان ہر وقت گھوڑے پر سوار اسے دوڑاتا اور آگے پیچھے لوگوں کو ملنے جاتا رہتا تھا۔
ایک دن وہ اسی گھوڑے سے گرا اور اپنی ٹانگ تڑوالی۔ پرانا وقت تھا علاج معالجے کی کم سہولتیں تھیں، لوگ اس کو حکیم کے پاس لے گئے جس نے ٹانگ باندھ کر بیساکھیاں اس کے ہاتھ میں پکڑوا دیں۔ اب گاؤں کے سب لوگ افسوس کرنے کے لیے آئے کہ خدا تمہیں جلد صحت دے یہ بہت برا ہوا۔ جب وہ افسوس کر کے واپس جا رہے تھے تو نوجوان کا باپ پھر دروازے کے پاس اپنی جگہ پر بیٹھا حقہ پی رہا تھا، وہ بولا "شاید یہ صحیح ہوا ہے کہ اس کی ٹانگ ٹوٹ گئی۔" لوگ اس کی بات سن کر بڑے حیران ہوئے ان کو غصہ بھی آیا کہ پہلے تو اس کی باتیں صحیح ثابت ہوئی تھیں لیکن اب یہ کیسے ہو سکتا ہے، نوجوان بیٹے کی ٹانگ ٹوٹ گئی ہے، اب شاید یہ سال بھر بیساکھی پر پھرے گا، بلکہ شاید ٹانگ واپس جڑتی بھی ہے یا نہیں۔ وہ یہ باتیں کرتے ہوئے واپس چلے گئے۔

اس واقعے کو دو ماہ نہیں گزرے تھے کہ منگولوں کو جنگ درپیش آ گئی۔ وہ اس گاؤں میں بھی آئے اور سب نوجوانوں کو زبردستی فوج میں بھرتی کر کے لے گئے۔ لیکن اس نوجوان کی ٹوٹی ٹانگ دیکھ کر اس کو چھوڑ گئے کہ یہ تو الٹی مصیبت ڈالے گا، اس کو رہنے ہی دو، اس کو سنبھالنے کے لیے تو ایک اور آدمی کی جنگ میں ضرورت پڑے گی۔ وہ جنگ پر چلے گئے۔ جنگ اتنی سخت اور خطرناک ہوئی کہ اگر دس آدمی جنگ پر گئے تو صرف ایک آدمی واپس لوٹا، نو وہاں ہی کام آ گئے۔

اب لوگوں کو معلوم ہوا کہ بوڑھا اس بار بھی سچ کہہ رہا تھا۔

اسی بارے میں قرآن پاک میں ہے "ہو سکتا ہے تم ایک چیز کو ناگوار سمجھو اور وہ تمہارے لیے بھلا ہو اور ہو سکتا ہے کہ تم ایک چیز کو پسند کرو اور وہ تمہارے لیے بری ہو اور اللہ جانتا ہے تم نہیں جانتے۔" (۲۱۵،۲۱۶۔ البقرہ)

اسی طرح حضرت موسیٰ اور حضرت خضرؑ کا واقعہ بھی بیان کیا جاتا ہے جو قرآن میں موجود ہے۔ ہمیں کسی بھی تبدیلی یا واقع کے شروع میں کوئی پتہ نہیں ہوتا کہ اس کا کیا نتیجہ نکلے گا۔ کچھ وقت گزرنے کے بعد ہی اس کے نتیجے سامنے آتے ہیں۔ اگر ہمیں شروع میں نتیجے کا پتہ چل جائے تو پھر ہم دنیا کے خوش قسمت ترین آدمی بن جائیں، مگر یہ پتہ نہیں چلتا مگر مضبوط یقین والا آدمی لاشعوری طور پر خود بخود ہی اچھا قدم اٹھا لیتا ہے۔ اس کے بظاہر الٹے ہوتے کام بھی بعد میں اس

کے فائدے میں چلے جاتے ہیں۔ ہمارے لاشعور کو مستقبل میں ہونے والے سب واقعات کا علم ہوتا ہے۔ وہ ان سب موقعوں سے فائدہ اٹھانے کی کوئی نہ کوئی ترکیب ڈھونڈ لیتا ہے۔ بس انسان کا یقین Faith مکمل ہونا چاہئے، باقی کام خود ہی ہوتے رہیں گے۔

یقین بڑھانے میں ہر آدمی کی رفتار علیحدہ علیحدہ ہوتی ہے۔ اس میں کچھ پیدل چل رہے ہیں یعنی جو شکی مزاج اور بہت پھونک پھونک کر چلنے والے ہیں، وہ پیدل اس راہ پر چل رہے ہیں ان کی مثال کے لیے ایک شعر ہے۔

کج اونج وی راہواں اوکھیاں سن
کج گل وچ غماں دا طوق وی سی
کج شہر دے لوگ وی ظالم سن
کج سانوں مرن دا شوق وی سی

ترجمہ: کچھ ویسے بھی راستے مشکل تھے اور کچھ میرے گلے میں غموں کا طوق بھی تھا، کچھ شہر کے لوگ بھی ظالم تھے اور کچھ ہمیں مرنے کا شوق بھی تھا۔

کچھ گدھے پر سوار ہیں۔ یہ لوگ گدھے کی طرح محنت کیے جاتے ہیں اور ان کا یقین بھی یہی ہے کہ کوئی چیز بھی آسانی سے نہیں مل سکتی، پھر بھی یہ پیدل والوں سے جلدی پہنچ جائیں گے۔ کچھ اونٹ سوار ہیں جن کا خیال ہے کہ یہ سفر بہت لمبا اور سخت ہے، صحرا میں سے گزر کر جاتا ہے بھوکے پیاسے سفر کرنا پڑے گا، جان کا خطرہ بھی ہے؟ ان کے ساتھ ایسے ہی ہوتا ہے راستے میں یہ خطرات سے بھی اکثر دوچار رہتے ہیں اور ان کا سفر بھی لمبا ہوتا ہے۔

کچھ اعلیٰ نسلی گھوڑوں پر سوار ہیں۔ ان کے ذہن میں شک وشبہ بہت کم ہے اور انہیں ہر چیز جلدی اور آسانی سے مل جانے کا یقین ہے۔ ان کا سفر بہت آسانی سے اور جلدی طے ہوگا۔ کچھ ایسے حوصلے والے بھی ہیں جو پہلا قدم اٹھاتے ہی منزل پا لیتے ہیں۔ یہ اڑ کر منزل پر پہنچ جاتے ہیں، ایسے لوگوں کو غوث پاک نے مراد کہا ہے جب کہ عام لوگ مرید کہلاتے ہیں۔ حوصلہ اس چیز کا نام ہے کہ آپ خود کو کسی قابل سمجھتے ہیں۔ مرید چلتا ہے، مراد اڑتا ہے، مرید سفر کر رہا ہوتا ہے، مراد منزل پر پہنچ چکا ہوتا ہے، یہ وہ ہیں جنہیں شروع میں ہی فقیری مل جاتی ہے۔

دراصل سب روحانیت اور طاقت ہمارے اندر ہی موجود ہے، بات صرف اس پر یقین کی ہی ہے۔ جتنے جلد یقین آ گیا اتنے جلدی سب کچھ مل جائے گا۔ ہر کام میں ہوتا وہی ہے جو آپ

کے اندر کی آواز کہتی ہے، اندر کی آواز آپ کے یقین کی آواز ہوتی ہے. چاہیے یہ کہ پہلے سمجھو کہ یقین کامل کیا ہے پھر اس آواز کو سنو، اگر یہ کمزور ہے تو اس کو طاقتور بناؤ (اس کا طریقہ دماغ کی پروگرامنگ کے باب میں لکھا ہوا ہے) کیونکہ ہر کام میں اس کی آواز اور طاقت جدا جدا ہوتے ہیں. ایک قسم کے کام انسانی خود اعتماد کے بغیر کرتا ہے. جس کی وجہ سے ان میں اس کی کامیابی کے امکانات بہت کم رہ جاتے ہیں.

کچھ لوگوں کا یہ اندرونی یقین شروع سے ہی بڑھا ہوا ہوتا ہے یہ جو بھی کام کرتے ہیں ان میں جلد کامیاب ہو جاتے ہیں، چاہے وہ کام ان کے لیے نئے ہی کیوں نہ ہوں اور دوسرے لوگوں کے لیے مشکل ہی کیوں نہ ہوں. ان لوگوں کا یقین مضبوط ہوتا ہے. جس کی وجہ سے ہر کام ان کا آسان ہو جاتا ہے یہ یقین ماضی کی کامیابیوں سے ملتا ہے لیکن ماضی میں ناکام رہنے والا شخص بھی اگر اصول کو سمجھ لے تو تھوڑے ہی عرصے میں وہ کامیاب لوگوں میں شمار ہو سکتا ہے، یا یہ شخص ماضی کو بھول جائے تو پھر یہ بھی خوش قسمت ہو جاتا ہے. یقین اس وقت تک یقین کامل میں تبدیل نہیں ہوتا جب تک وہ آپ کے دل میں نہ بیٹھ جائے. دل میں جو کچھ بیٹھ گیا انسان اسے ہی منعکس Reflect کرتا ہے. دل کی یہ صفت ہے کہ جو چیز اس میں بیٹھ جاتی ہے وہ اسے زندہ رکھتا ہے، اسے طاقت دیتا ہے اور اسے ہی لوگوں پر منعکس کرتا ہے. بہت سے لوگوں نے غلط اور اوٹ پٹانگ چیزیں اور یقین اندر بٹھائے ہوتے ہیں، دل نہ صرف انہیں زندہ رکھتا ہے اور طاقت دیتا ہے بلکہ یہ اسی چیز کو کہیں نہ کہیں سے ڈھونڈ نکالتا ہے.

اس لیے اندر ناکامی بٹھانے والے کو ہر طرف ناکامی ملتی ہے، اندر ڈر بٹھانے والے کو ہر طرف سے ڈر ملتا ہے. دل میں بیماری بیٹھ گئی تو ہر طرف بیماری ہی نظر آئے گی. جس نے دل میں کامیابی بٹھائی ہوتی ہے اس کو ہر طرف کامیابیاں ہی نظر آتی ہیں، وہ جو کام بھی کرتا ہے دوسرے سامنے والے پر بھی کامیابی منعکس کرتا ہے اور وہ کام کامیابی سے کر کے آتا ہے. بہت سے لوگوں نے بے سکونی اندر بٹھائی ہوتی ہے. وہ نہ صرف ان کو بے سکون رکھتی ہے بلکہ جن لوگوں کے پاس وہ جاتے ہیں یہ اسے ان پر بھی منعکس کرتے ہیں. اسی طرح دوسری اچھی یا بری صفات بھی یہ لوگ ساتھ ساتھ دوسرے ملنے والے منعکس کر رہے ہوتے ہیں.

عام لوگوں کو چاہئے کہ اگر وہ کسی ایسے شخص کے اندر بری صفات بیٹھی محسوس کریں جیسے ناکامیاں، بے سکونی وغیرہ، تو بہتر ہے ایسے لوگوں کو ملنے سے گریز کریں. گو عموماً صحبت کا اثر

زیادہ اس پر ہی ہوتا ہے، جس کی ازجی دونوں میں سے کم ہو یا عام لفظوں میں کمزور شخصیت والے پر ہی جلد اثر ہوتا ہے لیکن مضبوط شخصیت والے بھی جب کسی وقت مشکل وغیرہ میں ہوں تو کمزور ہو چکے ہوتے ہیں اور بری صفات والا ان پر اثر انداز ہو جاتا ہے.

اذکار وغیرہ کرنیوالا شخص اگر کبھی پریشان رہنے لگے تو اسے چاہیے کہ اذکار کچھ عرصے کے لیے چھوڑ دے. زیادہ عبادت اور ذکر و ورد کرنے والے شخص کی لہریں عام لوگوں سے زیادہ طاقتور ہوتی ہیں، اگر ایسا شخص پریشان رہتا ہو تو آس پاس سب کو پریشان کرتا ہے. بلکہ اگر یہ اٹھ کر چلا بھی جائے تب بھی اس کا اثر ہوتا رہتا ہے، جیسے اسکے جانے کے بعد کسی پر بلاوجہ غصے کا غلبہ ہو جانا.

ذکر اذکار کرنے والے کو چاہئے کہ ہر حال میں خوش اور پرسکون رہے، اگر نہیں رہ سکتا تو اپنے وظائف میں وقتی کمی کر دے اور اگر ایسا شخص خوش اور پرسکون رہتا ہے تو پھر جہاں جاتا ہے وہاں ایسا ماحول بن جاتا ہے جسم میں ہر کوئی خوشی اور سکون محسوس کرتا ہے. کچھ نمازیں اور اذکار نہ پڑھنے والے بھی قدرتی طور پر ایسی صلاحیت رکھتے ہیں. مگر ان کی صلاحیت ترقی نہیں کرتی، جیسی ہے ویسی ہی رہتی ہے.

اگر کسی شخص کا ماضی میں ناکامیوں سے ہی واسطہ رہا ہے تو ناکامی اس کے دل میں بیٹھی ہوگی (ایسے شخص کے لیے آگے ایک بھیڑوں والا قصہ بیان کیا گیا ہے جسے پڑھ کر آپ کو سب کچھ سمجھ میں آ جائے گا). بہر حال اس شخص کو چاہئے کہ وہ اپنے اندر بیٹھی ہوئی ناکامیوں کو دل سے نکالے. اس کا طریقہ یہ ہے کہ وہ اپنی قوت ارادی استعمال کرے اور ماضی کی ناکامی کو ذہن میں ہی نہ آنے دے، بلکہ ناکامی کا لفظ ہی بھولنے کی کوشش کرے، پھر اس کے حالات صحیح ہو جائیں. یہ دنیا اچھی جگہ ہے یا بری، دوسرے لفظوں میں دنیا جنت ہے یا دوزخ، یہ آپ کے یقین پر ہی منحصر ہے.

مغرب میں ایک دلچسپ کہاوت بیان کی جاتی ہے کہ ایک گاؤں کے باہر گاڑی رکتی ہے جس میں ایک نوجوان جوڑا اور اس کے بچے سوار ہیں. کار چلانے والا نوجوان وہاں سامنے کھڑے ایک بوڑھے کو پاس بلا کر گاؤں کے بارے میں پوچھتا ہے کہ ہم یہاں رہنا چاہتے ہیں، بتاؤ یہ کیسا گاؤں ہے. بوڑھے نے پوچھا تم جس گاؤں میں سے آ رہے ہو وہ کیسا تھا. نوجوان کہنے لگا کہ وہاں بڑے خراب لوگ رہتے تھے، چڑچڑے، جھگڑالو اور دوسروں کو خواہ مخواہ

تنگ کرنیوالے تھے۔ اسی وجہ سے ہم وہ جگہ چھوڑ آئے ہیں۔

بوڑھے نے کہا یہاں بھی ایسے ہی لوگ رہتے ہیں۔

وہ جوڑا وہاں سے آگے دوسری اچھی جگہ کی تلاش میں چل دیا۔ بوڑھا ابھی وہاں ہی کھڑا تھا کہ ایک دوسری کار وہاں آ کر رکی۔ اس میں بھی پہلے کی طرح ایک نوجوان جوڑا سوار تھا۔ انہوں نے بوڑھے سے پوچھا ہم یہاں رہنے میں دلچسپی رکھتے ہیں، ہمیں بتاؤ یہ کیسی جگہ ہے، یہاں کیسے لوگ رہتے ہیں۔ بوڑھا ان سے بھی وہی پہلے والا سوال پوچھتا ہے کہ جس جگہ سے تم آ رہے ہو وہاں کیسے لوگ رہتے تھے۔

نوجوان نے جواب دیا کہ بڑے اچھے اور ہمدرد قسم کے لوگ تھے، خوش باش رہنے والے اور دوسروں کو تنگ نہ کرنے والے تھے۔ لیکن ہم نے سوچا شاید دوسری جگہ ہمیں اور بہتر لوگ اور بہتر مالی مواقع مل سکیں۔ اس لیے ہم نے وہ جگہ چھوڑی ہے۔

بوڑھے نے انہیں کہا کہ یہ جگہ بھی ویسی ہی ہے۔ جیسے تم چھوڑ کر آئے ہو۔ خوش آمدید۔

دراصل جو کچھ انسان کے یقین میں بیٹھ جاتا ہے انسان وہی چیز اپنے آس پاس پیدا (Create) کر لیتا ہے دنیا میں ہر جگہ اچھے اور برے لوگ موجود ہیں لیکن اگر کسی کے یقین میں یہ بیٹھ گیا کہ یہ دنیا ایک بری جگہ ہے اور یہاں سب شیطان قسم کے لوگ رہتے ہیں تو پھر اسے ایسے ہی لوگ ہر طرف نظر آئیں گے۔ اور اچھا سمجھنے والے کو ہر طرف اچھے لوگ ہی نظر آئیں گے۔ لوگوں کی زیادہ شکایت کرنے والے میں اکثر خود وہی خرابیاں اور کمزوریاں پائی جاتی ہیں۔ یہ بات شاید آپ کو اب سمجھ نہیں آئے گی لیکن اگر آپ نے زندگی کو گہرا پڑھا ہے تو یہ بات بالکل حقیقت ہے۔ آپ اپنے یقین کی عینک لگا کر دنیا کو دیکھتے ہیں۔

اداس رنگ کی عینک لگائیں تو دنیا اداس ہو جائے گی، رنگین عینک کے ساتھ دنیا رنگین ہو جاتی ہے۔ اپنے یقین کو سمجھیں، اگر صحیح نہیں تو عینک تبدیل کریں ساری دنیا رنگین ہو جائے گی۔ ہم سب لوگوں نے کسی نہ کسی یقین کی عینک لگائی ہوتی ہے چاہے یہ کسی مذہبی فرقے کی ہو یا کسی غلط علاقائی رسم و رواج کی، یا پھر اپنے تلخ یا شیریں تجربات کی یا والدین کی دی ہوئی ہو۔ ہم اسی عینک کی وجہ سے ہر چیز کو اسی کے حساب سے دیکھ رہے ہوتے ہیں اور یہ چیز انسانی ذہن و عقل کے اضافے میں بڑی رکاوٹ ہوتی ہے، کیوں کہ اکثر یہ عینک غلط نمبروں کی ہوتی ہے۔

اہم بات یہ ہے کہ یقین کامل ہر روح میں موجود ہوتا ہے مگر چھپا ہوتا ہے، اسے چھپانے

والی چیز عموماً زندگی کے بارے میں منفی رویہ اور Pessimistic Attitude (ناامیدی کا رویہ) ہوتا ہے۔ ہم میں سے ہر کوئی اس کو صحیح طریقے سے استعمال کر کے ہر طرح کی کامیابیاں حاصل کر سکتا ہے۔ زندگی کی دوڑ میں بظاہر کم حصہ لینے والی خواتین کا بھی اس میں مثبت کردار ہو سکتا ہے۔

بیویوں کو چاہئے کہ وہ اپنے خاوند کے بارے میں یہ سوچیں اور ماننے لگ پڑیں کہ وہ بڑا خوش قسمت اور قابل ہے، پھر آہستہ آہستہ وہ ایسا ہی بن جائے۔ ایسا سوچنا ان کے خاوندوں کو لگاتار طاقت دیتا رہتا ہے۔ اور اگر وہ انہیں بے وقوف اور بدقسمت سمجھیں گی تو وہ آہستہ آہستہ ہی بنتا چلا جائے گا۔ اس چیز کو مزید سمجھنے کے لیے تجربے اور عقائد کی عینک والا باب دیکھیں۔

ایسے ہی اپنے بچوں کے بارے میں مثبت اعتقاد رکھنا ان کو بڑا فائدہ پہنچا سکتا ہے۔ اپنی امارت کا یقین رکھنا آپ کو امیر بنا دیگا، اپنی اچھی صحت اور لمبی عمر کا یقین رکھنا اچھی صحت اور لمبی عمر میں سب سے بڑا مددگار ثابت ہوگا، اپنے عزت کے ساتھ رہنے کا یقین آپ کو ہر دفعہ بے عزت ہونے سے بچالے گا۔ انسان دراصل وہی ہے جو وہ اندرونی طور پر خود کو مان لے اور یقین کر لے۔ خود کو پابند سمجھو تو پابند، آزاد سمجھو تو آزاد، محدود سمجھو تو محدود، لامحدود سمجھو تو لامحدود۔ اپنی زندگی کو اللہ کا تحفہ سمجھو تو خوشیاں ہی خوشیاں ہیں، غم سمجھو تو غم ہی غم ہیں۔

زندگی میں عام کامیابیاں ہمیں یقین کامل Faith دیتا ہے، لیکن اگر کسی شخص کو یہ نہیں ملیں تو اس کے اصول پڑھ کر (جو تقریباً سب کے سب اس کتاب میں لکھے ہیں) ہر آدمی اسے حاصل کر سکتا ہے۔ اس کے لیے اسے خصوصاً ہر وقت اور ہر چیز میں مثبت سوچنا اور ماضی کے منفی تجربات اور حال میں ناامیدی اور منفی سوچوں سے پرہیز کرنا ہوگا۔ صبر سے کام لے اور پرامید رہے، پھر کچھ عرصے میں ہی اس کے حالات کا پہیہ Wheel اچھی طرف چل پڑے گا۔

یہ فیتھ روحانی طور پر ایک سے دوسرے انسان میں بھی منتقل ہوتی رہتی ہے۔ اسلام کے خانقاہی نظام کی بنیاد میں یہ چیز شامل ہے، اسی لیے کسی بھی روحانی چیز کا استاد سے سیکھنا زیادہ بہتر ہوتا ہے۔ پرانے وقتوں میں لوگ سب اندیکھی چیزوں اور طاقتوں پر بہت زیادہ یقین رکھتے تھے، ان کے لیے روحانیت میں آسانی رہتی تھی۔ آجکل سائنس کا دور ہے، آدمی ہر چیز میں دلیل وجہ اور Logic کی بات کرتا ہے۔ پرانے وقتوں میں صوفیوں کو یہ فیتھ دوسرے صوفیوں سے مل جاتی تھی یا پھر وہ برسوں چلے وغیرہ کرتے رہتے تھے اور ان کی صلاحیتوں کو جیسے صرف دیا سلائی دکھانے کی ضرورت ہوتی تھی، جو کہ انکا مرشد کر دیا کرتا تھا۔ لیکن آج کل ہمیں ہر چیز کی وجہ معلوم

نہ ہوتو ہم اس پر اندرونی طور پر یقین نہیں کرتے اور اندرونی طور پر یقین نہ ہوتو پھر روحانی ترقی نہیں ہوا کرتی۔

فیتھ کے بارے میں بائبل کے عہد نامہ جدید میں لکھا ہے:

All things are possible in him who believes

(ترجمہ: ہر چیز اس کے لیے ممکن ہے جو یقین (یقین کامل) رکھتا ہے)

مغرب کے نفسیات دان اس کے بارے میں کہتے ہیں:

Believe determines youre action and your action determines your result,conciously believing is the key to achieving.

ترجمہ: اندرونی یقین تمہارے عمل کا فیصلہ کرتا ہے اور تمہارے عمل تمہارے نتیجوں کا شعوری طور پر یقین کرنا کامیابیوں کی کنجی ہے۔ ہمارا لاشعور اندرونی یقین کے سسٹم پر اور اس کے زیر کمان کام کرتا ہے۔ سب چیزیں سب سوچیں ہماری روح سے لاشعور میں منتقل ہوتی ہیں اور لاشعور سے یہ ہمارے عام شعور میں آتی ہیں، جہاں پر ہم ان کے مطابق اپنے سب کام کرتے ہیں۔ پیغمبروں کا اللہ پر یقین بہت گہرا ہوتا تھا اور وہ جو کچھ بھی مانگتے تھے، اللہ سے مانگتے تھے بجائے ظاہری سبب کی طرف دیکھنے کے۔

ان کا خدا پر یقین اتنا پختہ ہو چکا ہوتا تھا (جس کی ایک اہم وجہ ان کا اللہ کو دیکھنا بھی ہوتا تھا جو سب بڑوں کو میسر آیا تھا) کہ وہ جو بھی چاہتے تھے اپنے سامنے موجود کسی چیز سے مانگنے یا امید کرنے کے بجائے خدا سے مانگتے تھے۔ وہ اگر کسی جاندار یا بے جان چیز کو بھی حکم دیتے تو اسی یقین کے پختہ ترین ہونے کی وجہ سے ہر جاندار یا بے جان چیز اس پر عمل کرتی تھی۔ وہ دراصل ہر چیز میں اللہ تعالیٰ کو دیکھتے تھے۔

قرآن حکیم بھی ہر طرف سے یقین کامل کا پیغام دیتا اور شک وشبے سے بچنے کا کہتا ہے۔

علامہ اقبال اس بات کو صحیح سمجھتے تھے، فرماتے ہیں:

غلامی میں نہ کام آتی ہیں شمشیریں نہ تدبیریں
جو ہو ذوق یقین پیدا تو کٹ جاتی ہیں زنجیریں
کوئی اندازہ کر سکتا ہے اس کے زور بازو کا؟
نگاہ مرد مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں

وہ مثبت بادشاہی علم اشیاء کی جہانگیری
یہ سب کیا ہے؟ فقط اک نقطہ ایماں کی تفسیریں
براہیمی نظر پیدا مگر مشکل سے ہوتی ہے
ہوس چھپ چھپ کر سینے میں بنا لیتی ہے تصویریں
یقیں محکم، عمل پیہم، محبت فاتح عالم
جہاد زندگانی میں ہیں یہ مردوں کی شمشیریں

یقین کامل کے باب میں چند باتیں جو آپ پڑھ چکے ہیں انہیں یاد رکھیں، یہ آپ کو ساری کتاب کو سمجھنے میں مدد دیں گی، بلکہ ساری Pychology اور روحانیت کی بنیاد ہیں۔ آپ کو زندگی کے ہر کام میں ان کی مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔

1. مثبت سوچنا، منفی سوچ سے بچنا، مثبت سوچ کا مطلب ہر چیز اور ہر کام میں صرف اپنی کامیابی کا یقین رکھنا اور اچھی چیزوں کو ہی ذہن میں لانا ہے۔
2. یقین کامل پانے کے لیے تین قدم ہوتے ہیں۔ جو پہلے بھی پیچھے بیان ہو چکے ہیں۔

(A) تجربات اور کامیابیاں (B) اعتماد (C) یقین کامل

یقین کامل کا سب سے بلند درجہ توکل خدا ہوتا ہے، جو کہ Faith on Unsen میں آتا ہے۔

مغرب والے پہلی تین چیزوں کو سمجھ چکے ہیں اور انہیں استعمال کرنے میں لگے ہوئے ہیں، گو اعتماد اور یقین کامل کے درمیانی فیصلے کو وہ طے نہیں کر پا رہے۔ اس کے بعد توکل باللہ آتا ہے جو کہ مذہب اور اللہ پر یقین کے بغیر طے نہیں ہو سکتا۔ اگر کوئی مسلمان اس سیڑھی کو سمجھے بغیر ہی توکل خدا پر جانے کی کرتا ہے تو وہ بڑی جلدی واپس گر سکتا ہے، کیونکہ ان چیزوں کو نہ سمجھنے کی وجہ سے اگر اسے کوئی ناکامی ہونے لگ پڑتی ہے تو پھر اس کا یقین ٹوٹنا شروع ہو جاتا ہے۔

عقل مند اور اس کا علم رکھنے والے کو ناکامیاں نقصان نہیں دیتیں بلکہ وہ دوبارہ اپنی توانائیاں جمع کر کے واپس ہوتا ہے اور پہلے سے بھی اوپر چلا جاتا ہے۔

انسان کو عام کامیابیاں تو فیتھ دیتی ہیں لیکن مادی دنیا میں کامیابیاں بالخصوص مادی چیزوں سے متعلق یقین میں اضافہ کرتی ہیں اور روحانیت میں کامیابیاں روحانیت سے متعلق یقین میں اضافہ کرتی ہیں۔ گو بڑی حد تک دونوں کی توانائی (انرجی) ایک ہی قسم کی ہوتی ہے۔ جس برتن میں ڈالو وہی شکل اختیار کر جاتی ہے۔ یہ پکا اصول ہے کہ جب تک آدمی کوئی کام ہاتھ سے نہ کر

لے، اس کا لاشعور مکمل تسلی میں نہیں آتا اور اسی وجہ سے یہ شخص کسی وقت بھی نقصان اٹھا سکتا ہے، آکسفورڈ اور کیمبرج یونیورسٹیوں کے معاشیات کے پروفیسر بھی کئی بار کاروبار میں آ کر فیل ہوئے جس کی بنیادی وجہ عملی تجربہ نہ ہونا اور یقین کامل کی کمی تھی۔

یقین کامل تو سب کامیابیوں کی کنجی ہے اور بفضل خدا بہت سے مسلمانوں میں کسی نہ کسی حد تک موجود ہے، مگر اسے عموماً جاہلانہ طریقے سے استعمال کیا جاتا ہے۔ ہر چیز کو استعمال کرنے کے عقل مندوں کے طریقے علیحدہ ہوتے ہیں بے وقوفوں کے علیحدہ۔ مجھے خود افسوس اس بات کا ہوتا ہے کہ ہمارے ملک میں عام لوگوں کو تو چھوڑیے ہمارے روحانی اہم لوگ بھی اس کو بیوقوفانہ طریقے سے استعمال کرتے ہیں۔ ان کی روحانیت کا سب سے زیادہ زور کسی واحد انسان یا مرید کو خوش کرنے پر ہوتا ہے جیسے کسی بے اولاد کو اولاد دینا یا کسی بدخصلت سیاستدان کو دعائیں دینا ہوتا ہے تاکہ وہ زیادہ مضبوط ہو کر غریبوں کی خبر لے۔ عقل سلیم یا Common Sense کی عدم موجودگی کی وجہ سے یہ لوگ اپنے یقین کامل کو صحیح جگہ پر استعمال نہیں کرتے۔ بہتر طریقہ تو یہ ہے کہ کسی نیک یا اچھے انسان کو آگے لایا جائے جو کہ کوئی ہسپتال بنائے جہاں بے اولادوں کا علاج بھی ہو یا لوگ حاکموں میں آگے لائے جائیں۔

امام محمد بن سیرین کہتے ہیں کہ اگر مجھے یقین ہو کہ میری دعا قبول ہو گی تو میں ساری دعائیں حاکم وقت کے لیے کروں گا کیونکہ میں جو دعا اس کے لیے کروں گا اس میں سب لوگوں کو بھلا ہو گا۔ ہمارے اکثر لوگوں میں یقین بڑی حد تک موجود ہے مگر اس کا استعمال نہیں جانتے۔ ایسے ہی ہے جیسے کسی کے پاس کلاشنکوف ہو مگر وہ اس کے استعمال سے واقف نہ ہو۔ یہی ہمارا بڑا مسئلہ ہے ہم اس کلاشنکوف کو لاٹھی کے طور پر ہی استعمال کر رہے ہیں کیونکہ اس کے اصولوں اور صحیح طریقہ استعمال کا ہمیں علم نہیں۔ اس کتاب کا اہم ترین پیغام اسی یقین کامل اور اس کے صحیح کا استعمال کیا ہے۔

یقین کے استعمال کی ایک عام فہم مثال میرے ایک دوست نے دیکھی وہ ہندوستان دہلی گیا وہاں ایک دوکان میں سکھ دوکاندار سے سودا لینے لگا تو اسے وہاں چوہوں کے دوڑنے کی آوازیں آئیں، اس نے دوکاندار سے پوچھا ''کیا چوہے تمہارا مال خراب نہیں کرتے؟'' دکاندار کہنے لگا اگر میں سودے میں بے ایمانی کروں گا اور تولنے میں ڈنڈی ماروں گا تو چوہے بھی میرا مال کھائیں گے، میں نہیں کرتا اس لیے چوہے بھی میرا نقصان نہیں کرتے۔

یہ فیتھ کے استعمال کی بڑی سادہ سی مثال ہے (گو کمزور بنیادوں پر بغیر سبب کے کھڑی ہے صحیح طریقہ وہاں دوائی ڈالنے اور پھر یقین رکھنے کا ہے)۔ اس کی دوسری مثال جناب قدرت اللہ شہاب صاحب نے شہاب نامہ میں دی ہے جس میں جب وہ حج کرنے مکہ معظمہ گئے اور ان کے پڑوس میں ایک دیہاتی نوجوان جوڑا ٹھہرا تھا۔ شہاب صاحب نے سنا کہ عورت اپنے خاوند سے کہہ رہی تھی ''میں نے خانہ کعبہ کا چکر لگاتے وقت اولاد کی دعا مانگی، اب اللہ اولاد دیگا۔'' اس کا خاوند اس پر غصے ہونے لگ پڑا کہنے لگا ''رہی نہ تو اوت کی اوت'' اولاد کی دعا مانگی مگر لڑکے کی دعا نہ مانگی۔'' وہ عورت جواب میں بولی ''خانہ کعبہ کون سا کہیں چلا گیا ہے'' کل وہاں جائیں گے تو لڑکا مانگ لیں گے لڑکا ہو جائے گا۔'' شہاب صاحب نے یہ سن کر لکھا ہے کہ افسوس میرے میں وہ اس دیہاتی جوڑے کا سا یقین موجود نہیں ہے۔

یقین کامل یہاں سے ہی شروع ہوتا ہے مگر اس کے عقل مندانہ استعمال کی ضرورت ہے، اسے ظاہری اسباب کے ساتھ استعمال کریں۔ عام مسلمانوں کو اوپر بیان کردہ مثالوں کے کرداروں کی طرح اتنا ہی یقین اپنے شریعت کی پابندی پر ہونا چاہئے۔

اس دنیا میں آپ خود کو ہر قسم کی برائیوں سے بچا کر حقوق اللہ اور حقوق العباد پورے کرتے ہیں تو پھر آپ کو یقین ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ آپ کے ساتھ ہے۔ وہ آپ کی ہر جائز دعا ضرور قبول کرے گا اور آپ کی ہر کام میں مدد کرے گا۔ جائے اپنے اس یقین کو کسی صاحب مزار وغیرہ پر رکھنے کے سیدھا اللہ پر ہی رکھیں۔ یہی اسلام کا صحیح راستہ ہے۔ یقین کامل غلط یا کمزور بنیاد پر زیادہ دیر قائم نہیں رہتا، اس کو مضبوط اور صحیح بنیاد پر ہی کھڑا کریں۔

یقین ہی سب کامیابیوں کی بنیاد ہے۔ اسے جس برتن میں ڈالیں وہ شکل اختیار کر لیتا ہے روحانیت کے برتن میں روحانی شکل میں آتا ہے، کاروباری اور دنیاوی کاموں کے برتنوں میں یہ وہی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ ہر کام کا برتن جدا ہوتا ہے مگر کام یقین کامل ہی کرتا ہے، آپ کو بھی چاہیے کہ اپنا برتن بڑا رکھیں۔ یقین کے اصول اچھی طرح سمجھ کر اندر بٹھا لیں، ان پر عمل کریں پھر انشاءاللہ ہر میدان میں کامیابی آپ کے قدم چومے گی۔

قرآن پاک کی تعلیم میں سب سے زیادہ زور ہی یقین اور توکل اللہ (اللہ پر یقین) پر دیا گیا ہے، یہاں پر چند ایک آیتیں یقین سے متعلق بیان کی جا رہی ہیں۔

سورۃ الحجرات میں لکھا ہے ''اعراب کہتے ہیں کہ ہم ایمان لے آئے، آپ فرمایئے تم ایمان

تو نہیں لائے البتہ یہ کہو ہم نے اطاعت اختیار کر لی ہے اور ابھی ایمان تو تمہارے دلوں میں داخل ہی نہیں ہوا'' (۱۴) یہاں پر صرف نام کے مسلمانوں اور حقیقی مسلمانوں (پکے یقین اور ایمان رکھنے والوں) کا فرق بتا دیا گیا ہے۔

سورۃ التغابن میں ہے۔ ''نہیں پہنچتی (کسی کو) کوئی مصیبت بجز اللہ کے اذن کے اور جو کوئی ایمان (یقین) لائے اللہ پر تو وہ اس کے دل کو ہدایت بخشتا ہے اور اللہ کو ہر چیز معلوم ہے۔'' (۱۱)

قارئین کی دلچسپی کے لیے یہاں ۱۹۸۵ء میں امریکہ میں چھپی ایک اچھی کتاب کا حوالہ دیتا ہوں جس سے معلوم ہوگا کہ ہم لاشعوری طور پر اچھی چیزیں چن لیتے ہیں، اگر ہم خود کو خوش قسمت سمجھیں تو ایسا ہوتا ہے ورنہ نہیں۔ اس کتاب کا نام Waking Up ہے۔ مصنف (Charlest Tart) جو کہ کیلیفورنیا میں Davis کے مقام پر یونیورسٹی میں نفسیات (Pschology) کے پروفیسر ہیں اور روحانیت کے ماہر طالب علم بھی، اس کتاب میں لکھتے ہیں کہ ریسرچ میں پتہ چلا کہ بہت سے لوگ لاشعوری طور پر PSI شو کرتے ہیں (PSI یعنی لاشعوری طور پر صحیح چیزیں معلوم کرنا چننا وغیرہ) جیسے PSI ان کے پیچھے ہو۔

What is quite Interesting and relevant to our discussion of prayers is evidence that people can use PSI (Extrasensory Perecption) without knowing that they are doing so. Experimental demosntrations have shown that a person may unknowingly scan a situation by ESP, and discover that if he "Just Happens" to do a certain thing out of many likely possible action, he will end up in a more favourable situation than if he doesn't. Enough people end up doing the right things that we know some sort of unxonscious ESP is being used.

ترجمہ: ایک دلچسپ بات جو ہمارے دعاؤں کے موضوع سے مطابقت رکھتی ہے یہ ہے کہ لوگ غیرارادی طور پر (ای، ایس، پی) استعمال کر سکتے ہیں۔ تجرباتی مظاہروں میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ کوئی شخص بغیر جانے بوجھے (ای، ایس، پی کے ذریعے) حالات کا جائزہ لے کر غیرارادی طور پر صحیح لائحہ عمل اختیار کرتا ہے۔ اکثر لوگوں کا صحیح لائحہ عمل اختیار کرنا یہ ظاہر کرتا ہے کہ کسی کی لاشعوری ایکسٹرا سینسری پرسیپشن (ESP) استعمال ہو رہی ہے۔

اس چیز کو سمجھنے کے بعد آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ قسمت کیسے کام کرتی ہے اور اوپر بیان کردہ کہانی میں اس گھوڑے والے نوجوان کا ہر واقعہ اس کے لیے خوش قسمتی کا باعث کیسے ثابت ہوا، جو خوش قسمت ہوتا ہے اس کے لیے ہر واقعہ یا حادثہ خوش قسمتی کا سبب بنتا ہے۔ اس چیز کو اچھی طرح سمجھ کر اندر بٹھالیں، پھر بے شمار الجھنوں سے بچ جائیں گے۔

رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے آخری خطبے میں فرمایا'' تم میں سے بڑا وہ ہے جسے اللہ پر زیادہ تقویٰ (ڈر اور بھروسہ) ہے'' یقین کامل کے معاملے میں یہاں ہر بات بالکل واضح ہو جاتی ہے۔

نیت:

اللہ کے لیے انسان کی نیت بہت اہم ہے، اللہ انسان کی نیت کو دیکھتا ہے۔ نیت آپ لوگوں سے چھپا سکتے ہیں اللہ سے نہیں، وہ آپ کو خوب جانتا ہے۔ میرا اس بارے میں ذاتی خیال یہ ہے کہ انسان دنیا کے ہر کام میں دھوکا فراڈ کسی نہ کسی حد تک کر لیتا ہے لیکن اللہ کے کام میں بالکل سیدھا اور صحیح ہونا چاہیے۔ اس میں کوئی بناوٹ، کوئی دھوکا نہیں ہونا چاہیے'' اللہ کے ساتھ بالکل سچا اور کھرا سودا ہونا چاہیے''۔

روحانیت میں یہی وہ اہم نقطہ ہے جس پر سب سے زیادہ توجہ کی ضرورت ہے۔ بہت سے لوگ ساری عمر فرض نمازیں، تہجد پڑھتے، ساری ساری رات عبادت میں گزارتے، روحانیت کے لیے دربدر پھرتے اور سارے شرعی کام بظاہر پوری طرح کرتے رہتے ہیں، پھر بھی ان کو کچھ نہیں ملتا کیونکہ ان کی نیت صحیح نہیں ہوتی اور اگر یہ صحیح نہ ہو تو ساری محنت بے کار ہی چلی جاتی ہے۔ ان کی نیت میں ہی فتور ہوتا ہے، پہلے وہ نیت کو ہی صحیح کریں۔

آپ کی نیت ہر کام میں مسلمانوں اور انسانیت کی بھلائی کی ہونی چاہیے۔

آپ جو بھی نیک کام کریں، اگر آپ کی نیت صرف ثواب کی ہے تو آپ کو ثواب ہی ملنے کا امکان ہے۔ اس لیے جو بھی نیک کام کرتے ہیں اس میں نیت اس دنیا میں بھی اچھائی و فائدے کی اور آخرت میں بھی فائدے کی کریں۔ ہمیں اسلام میں اس کی اجازت ہے۔ اگر کوئی بھی نیکی آپ کریں اور آپ کی نیت روحانی ترقی کی ہو اور آپ یہ روحانی ترقی مسلمانوں کی بھلائی کے لیے کرنا چاہتے ہوں کہ آپ زیادہ طاقتور ہو کر ان کی مدد کریں گے۔ تو ایسا سوچنا دوہری

نیکی ہے، یہی نیت سالک کے لیے سب سے بہتر ہے۔

نیت کا استعمال اور بھی عجیب طریقے سے کیا جاتا ہے کہ مثلاً اگر آپ کسی کو دعا دیتے ہیں تو اس نیت سے بھی دے سکتے ہیں کہ اگر وہ شخص اچھا انسان ہے تو اسے دعا فائدہ دے گی ورنہ نہیں اور ایسا ہی ہوتا ہے۔ آپ خود بھی اپنے لیے دعا کرتے وقت یہ نیت رکھا کریں کہ اگر اس دعا میں آپ کی بہتری ہو تو اللہ اسے قبول کرے ورنہ نہیں۔ یہ اصول سمجھے بغیر اپنے لیے اندھا دھند دعا کرنے والے کبھی کبھی خود بھی اس کے چکر میں پھنس سکتے ہیں۔ میں خود یہ چیز ہوتے دیکھ بھی چکا ہوں۔ ورد و اذکار بھی جس نیت سے کیے جائیں اسی میں فائدہ دیتے ہیں، سالک کو چاہئے کہ اذکار کو ایک مخصوص اور واضح نیت سے کرے ورنہ ان کا فائدہ کم ہوا کرتا ہے۔ دنیا میں ہر کام کے ثواب کا فیصلہ آپ کی نیت سے کرے ورنہ ان کا فائدہ کم ہوا کرتا ہے۔ دنیا میں ہر کام کے ثواب کا فیصلہ آپ کی نیت کرتی ہے، بری نیت سے کیا گیا کتنا ہی اچھا کام (بظاہر) ہو اس کی نیکی ضائع ہو جاتی ہے۔ اسلام میں دراصل نیت کے ذریعے ہی سارے معاشرے کو کنٹرول کیا جاتا ہے۔ روحانیت میں ترقی کا دارومدار بہت حد تک اسی پر ہے۔ حضرت سلطان باہوؒ اس بات کو صحیح سمجھے تھے انکا کلام ہے۔

جے رب ملدا نہاتیاں دھوتیاں ملدا ڈڈواں مچھیاں ہو
جے رب ملدا جنگل بیلیں ملدا گاواں وچھیاں ہو
جے رب لمیاں کیساں ملدا ملدا بھیڈاں سسیاں ہو
او جے رب جتیاں ستیاں ملدا ملدا دانداں کھسیاں ہو
جے رب وچ مسیتے ملدا ملدا چام چڑکیاں ہو
رب اناں نوں ملدا باہو نیتاں جنہاں دیاں سچیاں ہو

ترجمہ:

اگر خدا نہانے سے ملتا تو مینڈکوں اور مچھلیوں کو ملتا
اگر اللہ جنگلوں میں ملتا ہوتا تو گائے اور بچھڑوں کو ملتا
اگر اللہ لمبے بالوں سے ملتا تو لمبے بالوں والی بھیڑوں کو ملتا
اگر اللہ مضبوط اور اچھی نسل کو ملتا تو خصی بیلوں کو ملتا
اگر اللہ نے مسجد میں ملنا ہوتا تو چمگادڑوں کو ملتا

باہو اللہ انہیں کو ملتا ہے جن کی نیت سچی ہو

نماز و عبادات

علامہ اقبال فرماتے ہیں۔

یہ ایک سجدہ جسے تو گراں سمجھتا ہے
ہزار سجدوں سے دیتا ہے آدمی کو نجات

اسلام میں عبادت سے عام مراد نماز ہی ہے۔ پانچ وقت تو فرض ہے باقی نفلی نمازیں بھی ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ قرآن پاک پڑھنے کو بھی آپ عبادت میں لیں گے۔

اللہ کو یاد کرنا کسی حالت میں بھی ہو، عبادت کے زمرے ہی میں آتا ہے۔

حدیث پاک میں ہے کہ نماز مومنین کی معراج ہے۔ کاش لوگ نماز کو اسی طرح پڑھنے کے قابل ہو جائیں۔ اہم بات یہ ہے کہ طریقے سے کی گئی کم عبادت بھی بے سری زیادہ عبادت سے بہتر ہوتی ہے پانچ وقت کی نماز کے فوائد سے تقریباً ہر مسلمان واقف ہے میں اس کی تفصیل میں نہیں جاؤں گا کیونکہ آپ کو بے شمار کتابیں اس موضوع پر مل سکیں گی۔ میرا مقصد نماز و عبادات کے اس پہلو کے بارے میں لوگوں کو آگاہ کرنا ہے جہاں عام لکھنے والوں کی نظر نہیں جاتی۔ ایک بات تو یہ ہے کہ نماز میں انسان کو اتنی لذت ملتی ہے کہ انسان اس کا عادی ہو جاتا ہے خود میں نے دیکھا کہ دوسرے مذاہب کے کچھ لوگ ہماری نماز دیکھ اور محسوس کر کے ہی مسلمان ہو گئے۔ نماز کا بڑا فائدہ جو اکثر لوگوں کو معلوم ہے کہ یہ سکون دیتی ہے۔ ذہنی سکون نہ ہو تو کئی صورت میں انسان نشہ، جوئے، جنس پرستی اور سینکڑوں طرح کی برائیوں میں مبتلا ہو جاتا ہے جو کہ آج کل کے باتہذیب معاشرے کا سب سے بڑا مسئلہ ہے۔

سارا دن آپ جو کچھ بھی کرتے ہیں اس سے آپ کا ذہن تھک جاتا ہے، جو لوگ بہت مصروف رہتے ہیں ان کا ذہن گھبرایا ہوتا ہے۔ نماز آپ کے ذہن کو آرام دیکر واپس نارمل حالت میں لے آتی ہے۔ تھکی ہوئی حالت میں آپ کا ذہن مضبوط نہیں ہوتا، آپ اگر اہم فیصلے اس وقت کریں تو غلطی کا بہت امکان ہوگا۔ اسی طرح گھبرائی ہوئی حالت اور جلد بازی میں فیصلہ کرنا بھی پاؤں پر کلہاڑی مارنے والی بات ہے۔ نماز آپ کے ذہن کو واپس سکون کی حالت میں لے آتی ہے۔ سکون کی حالت میں ہر کام بہتر طریقے سے ہوتا ہے۔

پھر آپ کا جسم بھی مشین کی طرح ہے. چلتے چلتے جب مشین گرم ہو جاتی ہے تو اسے ٹھنڈا کیا جاتا ہے، اگر اسے گرم ہی چلاتے جائیں تو مشین سیز ہو کر خراب ہو جائے گی. نماز کو آپ دس منٹ کے لیے پڑھتے ہیں، لیکن اگر آپ کھو کر (خشوع خضوع کے ساتھ) پڑھیں تو دس منٹ کے بعد آپ کا ذہن اور جسم ایسے ہی تازہ اور پرسکون میں ہوگا جیسے صبح اٹھنے کے بعد ہوتا ہے.

عام لوگ یہ سوال کریں گے کہ دس منٹ کی نماز میں ہم چھ سات گھنٹے کی نیند کی کمی کس طرح پوری کر سکتے ہیں.

بات یہ ہے کہ ہمارے جسم و ذہن میں انرجی کا بہت بڑا ذخیرہ ہر وقت محفوظ رہتا ہے، ذہن کو تھوڑی دیر سکون دیں وہ اپنا چکر پورا کر لے گا. اس کی مثال آپ اس طرح لے سکتے ہیں کہ آپ بڑے تھکے ہارے کام سے گھر پہنچے ہیں، اس وقت آپ خود اٹھ کر پانی پینے کے روادار بھی نہیں ہیں، صوفے پر ''زندہ لاش'' بنے ہوئے پڑے ہیں. اچانک ٹیلی فون کی گھنٹی بجتی ہے، آپ بادل ناخواستہ فون اٹھا لیتے ہیں کہ یہ کون اس وقت بے آرام کرنے آ موجود ہوا ہے. لیکن دوسری طرف سے آپ کا بچپن کا دوست (Buddy) بول رہا ہے، آپ اس سے لمبا عرصہ ہوا دوسرے شہر میں رہنے کی وجہ سے نہیں ملے.

وہ آپ کو بتاتا ہے کہ وہ آپ سے ملنے آپ کے گھر آ رہا ہے. سنتے ہی آپ چھلانگ مار کر اٹھتے ہیں، اس کا فون مختصر کر کے کہتے ہیں کہ فوراً پہنچوں. فون بند کر کے آپ واپس صوفے پر جا بیٹھتے ہیں اور بہت خوش ہیں. بتایئے اس وقت آپ کی تھکن کہاں گئی؟

کھو کر نماز پڑھنے سے یہی ہوتا ہے، اگر نماز میں بھی آپ کا دھیان اپنے کھلے ہوئے کئے (بھینس کے بچھڑے) کی طرف رہا تو پھر فائدہ بہت کم ہوگا. کام کاج اور سوچ و بچار سے دماغ میں خون کا دباؤ کم ہو جاتا ہے اور کمزوری محسوس ہونے لگتی ہے. نماز سے آپ کے دماغ کو جتنا خون درکار ہوتا ہے رکوع اور سجدے کی صورت میں سر جھکانے سے پہنچ جاتا ہے. اگر کوئی اس کام کے لیے سر کے بل کھڑا ہوتا ہے تو وہ اپنے دماغ کی نازک رگوں کو نقصان پہنچا سکتا ہے. دماغ کو صرف اتنا ہی خون ضروری ہوتا ہے جو سجدے کی صورت میں مل جاتا ہے. دماغ کی نسیں بہت ہی حساس اور نازک ہوتی ہیں، سر کے بل کھڑے ہونے سے ان کو نقصان پہنچ سکتا ہے. جب انسان سارا دن دماغ سے کام لیتا ہے اور اسے آرام نہیں دیتا تو آہستہ آہستہ اس کی ذہنی توانائی کم ہونے لگ پڑتی ہے، چنانچہ کچھ دیر کے بعد وہ پہلے سے کم توانائی اور ذہنی طاقت کا مالک ہوگا.

اس لیے دماغ کو آرام دینا ضروری ہے. ورنہ انسان جلد بوڑھا بھی ہو سکتا ہے.

ذہن کی توانائی کی اہمیت اتنی زیادہ ہے کہ آپ جتنی بھی خوراک کھاتے ہیں اس کا بیس فیصد دماغ استعمال کرتا ہے. دراصل دماغ ہی ہمارے دل اور پورے جسم کو کنٹرول کرتا ہے. جو آدمی سکون کی حالت میں رہتا ہے وہ بہت کم بیمار ہوتا ہے، اس کے جسم کی توانائی پوری ہوتی رہتی ہے. بہ نسبت اس آدمی کے جو سارا دن بغیر آرام کیے بھاگا پھرتا ہے. حالانکہ اس آدمی کے پاس بھی اتنا بھی وقت ہے کہ وہ بیٹھ کر ستا سکتا ہے. لیکن کتنے لوگ خاموش بیٹھ کر بھی دماغ کو پہلے سے زیادہ بھگاتے رہتے ہیں.

جو لوگ سکون میں رہتے ہیں وہ دوسروں کی نسبت دیر سے بوڑھے ہوتے ہیں. اس لیے نماز میں خشوع و خضوع کا کہا گیا ہے. ایک دن میرا ترکی دوست عبدالرحمٰن مجھ سے پوچھنے لگا کہ ہمارے اکثر لوگ جیسے ترکی اور پاکستانی جلدی کیوں بوڑھے نظر آتے ہیں جب کہ یورپین اکثر پچاس سال کی عمر میں بھی جوان اور تازہ دم نظر آتے ہیں. میں نے اسے جواب دیا کہ ہم لوگوں کو فکریں مار جاتی ہیں. اپنی فکر کم لیکن بھائی، بہن، ماں باپ بیوی بچے کی فکر ہر وقت ذہن پر سوار رہتی ہے، اسی وجہ سے ہم لوگ جلد بوڑھے ہو جاتے ہیں. گوروں کو نہ آگے کی فکر نہ پیچھے کی، انہوں نے کیسے جلد بوڑھا ہونا ہے.

آپ کہیں گے کہ گوروں کی خوراک ہم سے بہت بہتر ہے اس لیے بھائی بات یہ ہے کہ ان کی خوراک میں ملاوٹ واقعی کم ہوتی ہے، چیزیں بھی تازہ ملتی ہیں. لیکن پچھلے بیس سال سے جب سے Green Houses میں اور مصنوعی زمین پر چیزیں اگانے کا رواج عام ہوا ہے، کیمیکل نے ساری خوراک کا بیڑا غرق کر کے رکھ دیا ہے. پچھلے پانچ چھ سالوں سے انہوں نے اسے کنٹرول کرنا شروع کر دیا ہے. اس کے علاوہ جگہ جگہ نیچرل فوڈ سٹور کھل گئے ہیں جن کی چیزیں بغیر کھادوں کے اگائی ہوئی اور عام دوکانوں کی نسبت تین گنا مہنگی ہوتی ہیں. بہت کم لوگ ہی یہ قیمت ادا کر سکتے ہیں. کم پریشان ہونے والے اور خوش باش رہنے والے کم بیمار ہوتے ہیں اور ان کے آس پاس رہنے والے بھی خوش باش رہتے ہیں.

ہر شخص کو چاہئے کہ وہ عبادت اور مراقبہ سب کچھ انجوائے کرے (یعنی ان سے لطف اٹھائے. زبردستی ان کو لمبا اور مشکل نہ کرے) عبادت اس وقت بھی انسان کے کام آتی ہے جب اس کی تمام امیدیں ختم ہو چکی ہوتی ہیں اور اس کا اللہ کے سوا کوئی سہارا نہیں رہتا. اس وقت

اللہ کو یاد کر کے ہی انسان کو سکون آتا ہے. امریکہ اور یورپ میں جیلوں میں مسلمان ہونے والوں کی تعداد خاصی زیادہ ہے. (قلندر بولا یورپ میں ویسے بھی زیادہ تر مسلمان ہی مجرم ہیں)
''قلندر کو میرا ایک دوست سمجھ لیں جس پر مسخرے پن کا دورا پڑا رہتا ہے''

مغرب میں بے شمار لوگوں کو نیند کی کمی کی شکایت ہے کیونکہ ان لوگوں کی زندگی بہت حد تک مشینی بن چکی ہے، ایک دوسرے کے لیے وقت نہیں رہا، رشتے وغیرہ ختم ہوتے جا رہے ہیں، ہر آدمی بے سکونی کا شکار ہے، نیند ان کے لیے بڑا مسئلہ بن چکی ہے.

نماز پڑھنے والے انسان کو نیند ان کے لیے بڑا مسئلہ بن چکی ہے. نماز پڑھنے والے انسان کو نیند کی پرابلم کم ہی ہوتی ہے، بے نمازی اگر صرف عشاء کی ہی نماز پڑھنے لگ پڑے تو اسے نیند آسانی سے آجاتی ہے. ورد واذکار کرنے سے انسان کی جسمانی اور روحانی توانائی بڑھتی جاتی ہے، یہ کرنے سے سالک میں روحانی علاج کی صلاحیت بھی بڑھ جاتی ہے.

نماز پڑھنے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ اسے خشوع وخضوع سے (یعنی اس میں توجہ کر کے اور کھو کر) پڑھیں. اگر آپ کا ذہن اس وقت بھی گھریلو یا مادی مسائل میں پھنسا ہوا ہے تو آپ کو فائدہ تو پھر بھی ہوگا مگر کم ہوگا.

بہر حال نماز فرض ہے خشوع وخضوع فرض نہیں ہے. نماز بہر حال آپ نے پڑھنی ہے، آہستہ آہستہ آپ کو کھو کر پڑھنے کی عادت ہو جائے گی. اس کے مطلب پر توجہ رکھیں، کیونکہ اللہ انسان کے کانوں سے ہی سنتا ہے.

نماز سر سے پاؤں تک (خصوصاً جسم کے سب جوڑوں کے لیے) ایک مکمل قسم کی ورزش بھی ہے. نماز پڑھنے کا طریقہ جو رسول ﷺ کا تھا کہ آرام اور سکون کے ساتھ پڑھتے تھے آپ ﷺ کا رکوع اور سجدہ اور رکوع سے سر اٹھا کر کھڑا ہونا اور دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھنا قریب قریب برابر ہوتا (یہ صحیح بخاری میں تحریر ہے).

عبادت میں یہ دھیان رکھیں کہ جو بھی پڑھیں منہ سے ہی پڑھیں. بجائے منہ کے آپ کے دل یا دماغ سے اس کا کام لیا تو خواہ مخواہ محنت کرنی پڑتی ہے. صرف ایک آدھ مخصوص چھوٹا ورد جیسے اللہ ہو یا لا الہ الا اللہ وغیرہ کچھ عرصہ پڑھتے رہیں تو یہ انسان کا اندر بھی پڑھنے لگ پڑتا ہے جسے صوفیہ قلب جاریہ کہتے ہیں.

لیکن لمبی عبادت منہ سے ہی پڑھیں. اسلام کی روحانیت میں ذکر کی بھی خاصی اہمیت ہے،

سالک اس میں اکثر لا الہ الا اللہ کا ذکر کرتے اور اس کی ضرب دل پر مارتے ہیں. ان کے یقین کے مطابق ایسا کرنے سے انسان کے وہ لطیفات جہاں ضرب ماری جاتی ہے، بیدار ہو جاتے ہیں. میرے اپنے خیال میں صرف ورد سے بھی وہی کام لیا جا سکتا ہے، بات خود کو یقین دلانے کی ہی ہے گو بہت جوش وخروش کے ساتھ کیا گیا ذکر سالک پر قوالی کے سے اثرات طاری کر سکتا ہے.

نفلی عبادتوں میں تہجد اہم ترین عبادت شمار ہوتی ہے. سائنسدانوں کی تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ رات کے کچھ حصے میں انسان کے دماغ کے سیل بہت بہتر طریقے سے کام کرتے ہیں. اس وقت کی گئی عبادت کا اثر باقی وقت سے زیادہ ہوتا ہے، یہ وقت رات کے دو سے تین بجے کے قریب ہوتا ہے. اسی وجہ سے سالکوں کو تہجد کا بتایا جاتا ہے.

آپ نماز کے علاوہ باقی دن میں بھی کوئی ورد کر سکتے ہیں، روحانیت میں یہ ورد بہت مددگار ثابت ہوتا ہے. یہ ورد آپ نماز میں موجود کسی بھی دعا یا سورۃ کا کر سکتے ہیں. نماز میں موجود سب الفاظ کا ہر مسلمان ورد کر سکتا ہے. اس کے علاوہ چھ کلموں میں سے کسی کا ورد کر لیں. لیکن ورد کی سب سے اچھی صورت یہ ہے کہ آپ کسی روحانیت کے ماہر سے کوئی ورد پوچھیں اور پھر شروع کر دیں. جو حضرات کسی پیر کے مرید ہوتے ہیں ان کو ورد پیر سے مل جاتا ہے، دوسرے لوگ کسی بھی اچھے روحانی سے ورد لیکر شروع کر سکتے ہیں. جو کچھ بھی آپ پڑھتے ہیں اس کے مطلب سمجھیں اور ان کو ذہن میں بٹھا لیں، پھر اس کا بڑا جلدی صحیح اور گہرا اثر ہوتا ہے.

درود شریف کا ورد سب سے افضل اذکار میں شمار ہوتا ہے، اس کا قرآن میں بھی ذکر آیا ہے.

اسلام کی روحانیت عشق کی راہ ہے، اس میں رسول پاک ﷺ پر درود بھیجنے کے بے شمار فوائد ہیں. درود شریف خود میرے مستقل ذکر میں بھی شامل ہے.

درود شریف میں بیک وقت دو فوائد ہیں، اس میں اللہ کا نام بھی آتا اور رسول پاک کا بھی. مسلمانوں کے لیے درود ابراہیمی سب سے بہتر درود شریف شمار ہوتا ہے. ساری دنیا کے مسلمان اسے پڑھتے ہیں. دنیا میں زیادہ پڑھی جانے والی چیز کا اثر زیادہ سمجھا جاتا ہے.

ورد میں یہ یاد رکھیں کہ جس نیت سے وہ پڑھا جاتا ہے یہ اس میں ہی خصوصی مددگار ثابت ہوتا ہے، آپ کی نیت واضح ہونی چاہیے. آپ جو بھی دعا یا ورد پڑھیں چند دنوں یا ہفتوں میں خود پر اور اپنے آس پاس اس کا اثر ضرور دیکھیں. ان دنوں کچھ وقت اکیلے اور سکون سے بیٹھ کر اپنے روزمرہ کے واقعات کا جائزہ لیں کہ آپ کے حالات اور حوصلہ بہتر ہو رہا ہے یا الٹا چل

رہا ہے۔بہتری کی صورت میں اسے ہی جاری رکھیں، خرابی کی صورت میں اسے چھوڑ دیں کچھ اور تلاش کریں۔

کوئی بھی عبادت یا ورد (۲۱) اکیس دن کے بعد اپنا صحیح معنوں میں اثر شروع کرتا ہے، یہ مغربی نفسیات دانوں کے تجربات میں بھی معلوم ہوا ہے۔ جو بھی عبادت دعا یا ورد آپ کرتے ہیں اس کے معنوں پر غور کریں، اگر معنی معلوم نہ ہوں تب فائدہ کم ہوتا ہے۔ پڑھتے وقت لفظوں کے مطلب پر دھیان کریں تو یہ اثر زیادہ فائدہ مند رہتا ہے، پھر کسی بھی ورد کے طاقتور اثرات کا اعتقاد ہونا بڑی لازمی چیز ہے۔

ذہن عجیب طریقے سے کام کرتا ہے، یہ تصویروں میں سوچتا ہے۔ جو چیز بھی آپ سوچتے ہیں یہ فوراً اس کی تصویر بنالیتا ہے، اس کی مثال کیمرے کے فوٹو کی طرح ہوتی ہے۔ اب عبادت کا بڑا مقصد اللہ کا تصور اور اس سے تعلق ذہن میں بٹھانا ہوتا ہے، یہ تصور لگاتار ذہن میں رکھنا ممکن نہیں ؛انسان کچھ دیر کے بعد اس تصور کو کھو دیتا ہے اور ذہن دوسری طرف چلا جاتا ہے۔ اس لیے عبادت اور اذکار بتائے گئے ہیں تا کہ انسان لگاتار اس تصور میں لگا رہے۔

اذکار کو دہرانے سے ایک مخصوص تصویر ذہن میں بنتی ہے اور ان کا دھرانا ضائع نہیں جاتا، اور جوں جوں ورد ہوتا رہتا ہے وہ تصویر ذہن پر گہری ہوتی جاتی ہے۔ سمجھنے والی بات ہے کہ کوئی بھی ورد دھرانا ضائع نہیں جاتا۔لیکن طریقے سے کی ہوئی کم عبادت یا ورد بے سرے طریقے سے کی گئی زیادہ عبادت و ورد سے بہت بہتر ہوتی ہے۔ جو چیز یا جس کسی کے بارے میں انسان عبادت کے دوران لگاتار سوچتا ہے یا تصور کرتا ہے انسان کی اندرونی شخصیت اس میں ڈھلنے لگ پڑتی ہے۔عبادت کا ایک اہم مقصد ہمارے دماغ اور سوچنے کی رفتار آہستہ کر کے ہماری اصلی اندرونی شخصیت اور روح سے تعلق قائم کرنا اور اپنے اندر کی آواز سننا ہے، مگر ہم اس چیز کو بہت کم ہی سمجھتے ہیں۔

فرض نمازیں یا کوئی بھی عبادت اگر صحیح یکسوئی سے کی جائے تو انسان کے جسم میں توانائی بہت زیادہ آجاتی ہے۔توانائی کی حالت میں انسان کا ذہن پرسکون، پوری طرح طاقت میں، مثبت سوچ میں اور Optamistic ہوتا ہے، انسان جو بھی فیصلہ کرتا ہے یا کام کرتا ہے اس میں اس کی کامیابی کے بہت زیادہ امکان ہوتے ہیں۔ جب کہ تھکی ہاری حالت میں کیا گیا فیصلہ یا کوئی بھی کام کبھی بھی ایسے نتائج نہیں لاسکتا۔

نمازی یا ورد کرنے والے کی کنسنٹریشن دوسروں سے زیادہ ہوتی ہے۔

عبادت کا اہم فائدہ یہ ہے کہ وہ انسانی جسم میں موجود توانائی کے ذخائر کو بڑھاتی رہتی ہے انہیں محفوظ ذخائر کو ہی ہم اپنی دعاؤں مثبت سوچوں اور ویژیولائزیشن (Visualization) میں استعمال کرتے ہیں بلکہ اگر کوئی بھی روحانی یا نیم روحانی کام کرتے وقت جیسے لوگوں کا روحانی علاج وغیرہ، آپ اپنے محفوظ ذخیرے کو خرچ کرتے ہیں۔ اگر عبادت نہ کی جائے تو یہ ذخیرہ کم ہوتا چلا جاتا ہے یا کم از کم مزید بڑھتا نہیں اور انسان اپنے کاموں اور کوششوں میں ترقی نہیں کر پاتا۔ یہی وہ اہم ترین ذخیرہ ہوتا ہے جو ہر کامیاب اور بڑے آدمی میں دوسرے لوگوں سے زیادہ موجود ہوتا ہے اور وہ اسے صحیح اور Organize طریقے سے استعمال کرتے ہیں۔ اسی ذخیرہ کو کوئی روحانی کاموں میں استعمال کرتا ہے، کوئی مادی دنیا میں کوئی فنون لطیفہ میں کوئی سیاست میں یا کھیل میں یا زندگی کا کوئی بھی میدان ہو، اگر یہ ذخیرہ بڑی تعداد میں موجود ہے تو اسی کی طاقت کے حساب سے انسان اتنی ہی بلندیوں پر پہنچ جاتا ہے۔ یہی وہ اہم نقطہ ہے جیسے ہمارے ملا اور دوسرے مذہبوں کے رہنما کم ہی سمجھ سکے ہیں یا صحیح نہیں سمجھ سکے۔

”دنیا میں سب بڑے بڑے لوگوں میں اس توانائی کا ذخیرہ عام لوگوں سے بہت زیادہ تھا۔“

ہندو یوگی ورد کو منترا (منتر) کہتے ہیں۔ ان کے کہنے کے مطابق انسان جس لفظ کو بھی دس ہزار بار دھرائے وہ منتر بن جاتا ہے، پھر اس لفظ کے دھرانے کا اثر انسان پر بہت اچھا ہوتا ہے۔ ان کے کہنے کے مطابق یہ انسان کے ذہن سے پرانے خراب پروگرام کو ختم کر دیتا ہے۔

مسلمان صوفی بھی ایسے ہی کرتے ہیں۔ کسی خاص سورت یا ورد کا چلہ کرانے میں (جو عموماً ۳۰ یا ۴۰ دن کا ہوتا ہے) ایک یہ مقصد بھی ہوتا ہے۔ گو صوفیہ یہ کہتے ہیں کہ ہر ورد کے موکلات ہوتے ہیں اور اتنے دن چلہ کرنے سے وہ انسان سے مانوس ہو جاتے ہیں، مطلب آپ چاہے جو بھی لے لیں بات ایک ہی ہے۔

ہر روز باقاعدگی سے نماز پڑھنے سے اس میں موجود آیتیں اور دعائیں آپ کے ”موکل“ بن جاتی ہیں، پھر ان کا زیادہ اثر ہوتا ہے۔

سالک کو چاہئے کہ نماز کو بالکل پرسکون حالت میں پڑھے، جلدی ہو تو صرف فرض نماز ہی کافی ہے۔لیکن صحیح طریقے سے کی گئی کوئی بھی تھوڑی عبادت بے ترتیبی سے کی گئی زیادہ عبادت

سے بہتر ہوتی ہے. سالک نماز میں یہ تصور کرے کہ وہ خانہ کعبہ کے سامنے کھڑا ہے اور نماز ادا کر رہا ہے. کچھ عرصہ اس طرح کرنے کے بعد انسان یہ سچ مچ دیکھنے لگ پڑتا ہے، کعبہ اس کے سامنے موجود ہوتا ہے. اور اسی طرح کرتے کرتے ایک وقت آجاتا ہے کہ جب انسان کا اندرونی جسم (صورت مثالی کہتے ہیں) واقعی وہاں پہنچا ہوتا ہے. اس طرح اندرونی جسم کے کسی دوسری جگہ پہنچنے کی بہت سی قسمیں ہیں. شروع شروع میں انسان کو اس کا علم نہیں ہوتا اور اس جسم کی کیفیت بھی اتنی مضبوط نہیں ہوتی اور اس دوسری جگہ پر موجود لوگ اس کی موجودگی کو نہیں دیکھ سکتے، مگر کچھ وقت اور انسان کے یقین کے درجے کے حساب سے اسے اس میں ترقی ہوتی چلی جاتی ہے اور وہ وقت آجاتا ہے جب کہ اس دوسری جگہ موجود لوگ اسے جسمانی صورت میں وہاں دیکھتے ہیں اس سے بات چیت بھی کرتے ہیں اور انہیں یہ معلوم ہی نہیں ہوتا کہ یہ انسان کی صورت مثالی ہے.

پھر کچھ لوگ اس سے بھی آگے چلے جاتے ہیں اور وہ جہاں پر بھی چاہتے ہیں وہاں پر موجود ہو جاتے ہیں، وہ دیواروں وغیرہ ہر چیز کے اندر سے گزر جاتے ہیں، وہ پہلی جگہ سے غائب ہو جاتے ہیں.

عام پڑھنے والوں کو شاید یہ باتیں عجیب لگیں لیکن امریکہ میں کیے گئے تجربات میں ایک آدمی نے تین براعظموں میں اور پانچ مختلف شہروں میں بیک وقت اپنی موجودگی کا ثبوت دیا. دراصل یہ سب روحانی صفات انسان کی روح کی صفات ہیں جو ہر انسان میں موجود ہیں کیونکہ روح ہر ایک میں موجود ہے. مگر مذاہب انہیں صفات کو صحیح طریقے سے بروئے کار لانے کا بتاتے ہیں.

اسلام میں اس کی مکمل ترین شکل موجود ہے. مگر ہمارے کم علم ملا اس کو کہاں سمجھ سکتے ہیں، دوسری طرف بے وقوف خودساختہ صوفی ہیں جو خود اسے صحیح طریقے سے استعمال نہیں کر رہے.

حضرت عمرؓ کا مشہور واقعہ کہ ایک دن آپ مسجد میں خطبہ دے رہے تھے کہ اچانک زور سے بولے.

''یاساریہ پہاڑ کی طرف ساریہ پہاڑ کی طرف''

ہزاروں میل دور حضرت ساریہؓ نے یہ آواز سن لی اور اسلامی لشکر شکست سے بچ گیا اور فتح یاب ہوا. یہ واقعہ اسی صلاحیت کا ایک واضح ثبوت ہے. حضرت عمرؓ اتنے دور دیکھ بھی رہے تھے اور

انہوں نے اپنی آواز بھی وہاں پہنچا دی.

عبادت صرف نماز اذکار کا ہی نام نہیں مشہور صوفی جناب بایزید بسطامی فرماتے ہیں کسی بھوکے کو کھانا کھلانا مصیبت زدہ کی مدد کرنا، بھٹکے ہوئے کو راستہ دکھانا، قرض دار کا قرض اتارنا، سب ذکر الٰہی اور عبادت میں شامل ہے.

نماز میں سالک کی توجہ عموماً قبلہ کی طرف ہوتی ہے. شیخ ابوالحسن خرقانی فرماتے ہیں قبلہ پانچ ہیں، پہلا قبلہ خانہ کعبہ ہے جو مسلمانوں کا قبلہ ہے، دوسرا بیت المقدس ہے، جو قبلہ الاول ہے تیسرا قبلہ بیت المعمور ہے، جو فرشتوں کا قبلہ ہے، چوتھا قبلہ دل ہے جو طریقت والوں کا قبلہ ہے پانچواں قبلہ اللہ تعالیٰ ہے جو جواں مردوں کا قبلہ ہے. اب اپنے اپنے حوصلہ کی بات ہے کہ کوئی کہاں تک پہنچتا ہے، سالک کا قبلہ اللہ تعالیٰ ہی ہونا چاہیے.

عبادت کا باب بڑا اہم ہے اس لیے اس میں موجود کچھ چیزیں پھر دہراتا چلوں.

گو آپ کا دماغ آپ کے وزن کا ایک فیصد بھی نہیں ہوتا مگر جو بھی خوراک آپ ہضم کرتے ہیں اس کا پانچواں حصہ یہی استعمال کرتا ہے اس کو جسم کا خیال رکھنا ہوتا ہے، یہ آپ کے جسم کا سب سے اہم عضو ہے، یہ اتنا پیچیدہ ہے کہ ساری دنیا کے کمپیوٹر ملا کر بھی اس کے سامنے بچے ہیں. کام کاج کے دوران اسے خون کے ذریعے توانائی ملتی ہے. دن میں زیادہ کھڑا ہونے کی وجہ سے دماغ میں خون کا دباؤ کم ہو جاتا ہے اور کمزوری ہونے لگ پڑتی ہے. ہم نماز میں سجدے کی صورت میں اتنا خون مناسب اور صحیح طریقے سے وہاں پہنچا دیتے ہیں، دماغ کو اس سے زیادہ خون کی ضرورت نہیں ہوتی.

عبادت کا بڑا مقصد جسم کو آرام دینا اور کھوئی ہوئی توانائی واپس لینا ہوتا ہے. اس کو کرتے وقت اگر انسان کا جسم، اس کا ذہن اور اس کی حسیں، سب آرام میں (Relax) ہوں تو پانچ منٹ کی عبادت بھی وہ آرام دے دیتی ہے جو پورے تین دن کی نیند نہیں دے پاتیں. اس لیے ان سب کو ریلیکس کرنے پر خاص توجہ دیں.

نماز میں دہرائے جانے والی سب سورتیں، لفظ اور دعائیں آپ کے لیے ''منترا'' بھی بن جاتے ہیں، ان کو آپ چاہیں تو سارے دن کرنے والے ورد میں شامل کر سکتے ہیں. اہم ترین دعاؤں اور ورد کو ہی نماز میں شامل کیا گیا ہے. انہیں سب کو ساری دنیا میں کروڑوں مسلمان دہرا رہے ہیں اس لیے ان کی بے حساب توانائی ہر جگہ موجود ہوتی ہے. عبادت کا اثر یہ

بھی ہوتا ہے کہ اس سے آپ کے ذہن کے سیل ڈیویلپ ہوجاتے ہیں اور اس کا لازمی اثر آپ کی اگلی نسل پر بھی مثبت طور پر پڑتا ہے، اور ان میں قدرتی طور پر کنسنٹریشن اور روحانی توانائی کا ذخیرہ زیادہ ہوا کرتا ہے.

عبادت کا ایک اہم اثر یہ ہوتا ہے کہ اس میں موجودہ ورد دہرانے سے انسان کی وائبریشن ہائی اور طاقتور ہوجاتی ہے، پھر وہ جو کچھ سوچتا اور مانگتا ہے اسے خود ہی ملتا چلا جاتا ہے.

ورد کرنے سے انسان کو اندرونی طاقت بھی ملتی ہے جو ہمارے یقین کی بنیاد بنتی ہے.

قناعت

قناعت روحانیت کے بنیادی اصولوں میں شامل ہے.

اگر یہ انسان میں موجود نہ ہو تو انسان کبھی بھی خوش نہیں رہ سکتا، کیونکہ لالچ کی کوئی انتہا نہیں ہوتی اور لالچ بیوقوفی کی نشانیوں میں سے ایک ہے.

انسان کی یہ فطرت ہے کہ اگر وہ ہزاروں روپے کما رہا ہے تو لاکھوں کے چکر میں رہتا ہے اور جب لاکھوں کمانے شروع کر دیتا ہے تو پھر کروڑوں کے چکر میں پڑ جاتا ہے. اس چکر کو ہماری زبان میں ننانوے 99 کا چکر کہتے ہیں.

شیخ سعد فرماتے ہیں ''اگر مالدار بننا چاہتے ہو تو سوائے قناعت کے کچھ طلب نہ کرو کہ یہی سب سے عمدہ دولت ہے.''

قناعت یہ کہتی ہے کہ آپ ایک چارپائی پر سو سکتے ہیں دو چارپائیوں پر نہیں. آپ ایک وقت میں ایک کمرے میں رہ سکتے ہیں، دو میں نہیں. چلانے کے لیے انسان کو ایک ٹرانسپورٹ (سائیکل، موٹر سائیکل، یا کار) ضرورت ہے، دو نہیں. رہنے کے لیے آپ کو ایک گھر چاہیے دو نہیں. (قلندر بولا خدا بھی آپ کو ایک چاہیے زیادہ نہیں یہاں بھی قناعت کریں) اگر انسان اسے اختیار نہ کرے تو وہ بھاگ بھاگ کر اپنی زندگی کو جہنم بنا لے. بلکہ روحانی طالب علموں کو تو اس سے بھی زیادہ کا کہا جاتا ہے. ان کو تو بتایا جاتا ہے کہ کوئی خواہش ہی مت کرو کیونکہ خواہش ہوگی تو انسان آرام سے نہیں بیٹھے گا. اس کے لیے روحانیت والوں نے بے شمار چیزوں کی بھی ممانعت کی ہے. لیکن اس دنیا میں رہتے ہوئے یہ کرنا بڑا مشکل بلکہ ناممکن ہے. کیونکہ ہم مسلمانوں کو تیاگ دنیا کی اجازت نہیں ہے، عام لوگوں کے لیے قناعت ہی اصل لفظ

اور بہتر طریقہ کار ہے. اگر کوئی بہت بڑے حوصلے والا ہے تو وہ خواہشوں سے آزاد ہو سکتا ہے لیکن پھر شاید اس کے بیوی بچوں کو بھی اسی کی طرح کا ہونا چاہیے. ورنہ جنت ملنے کے بجائے یہاں زندگی میں جہنم ملنے کی گارنٹی ہے. دوسرے مذہبوں کے روحانی خصوصاً ہندو اسی لئے بیوی بچوں کو بھی چھوڑ جاتے ہیں.

ہم مسلمانوں کے لیے یہ بہت ہی ضروری اور مناسب ہے کیونکہ آپ نے اپنی اور اپنے خاندان کی روزی بھی کمانی ہے، ہندو یا بدھ مت والوں کی طرح جنگلوں میں جا نہیں بیٹھنا یا مانگ کر گزار نہیں کرنا. مسلمان سالک کو چاہیے کہ وہ دنیاوی کام بھی صحیح طریقے سے کرے، اپنے گزارے اور اپنے اوپر انحصار کرنے والوں (بیوی بچوں ماں باپ) کیلئے روزی بھی کمائے. اس لیے اسے پیسوں کی لازمی ضرورت ہوتی ہے جس میں اس کو اعتدال سے ہی کام لینا چاہیے. ہم لوگ دوسرے پیسے والے اور بظاہر کامیاب لوگوں کو دیکھ کر ناشکرے ہوتے ہیں مگر ان کی جگہ پر کھڑا ہو کر ان گھمبیر ہوں اور وہ آپ سے کئی گنا زیادہ ناخوش ہوں. اس لیے قناعت ہی سب سے بہتر چیز ہے، اس کے بغیر انسان کبھی خوش نہیں رہ سکتا. ویسے بھی جو چیز جتنی دور ہو اتنی پرکشش اور سہانی لگتی ہے.

یورپ کا ایک لطیفہ ہے کہ ایک جرمن افریقہ کے ایک دور افتادہ جزیرے میں چھٹی گزارنے گیا. وہاں دیکھا تو جزیرے کا ایک باشندہ، سمندر کے کنارے آنکھیں بند کر کے مزے سے لیٹا ہوا ہے. جرمن اس کے پاس کھڑا دیکھتا رہا. اسے افسوس ہوا کہ یہ آدمی وقت ضائع کر رہا ہے. وہ اس کے پاس بیٹھ گیا اور اسے پوچھنے لگا کہ وہ کیا کرتا ہے. حبشی نے کہا کہ اس کی ایک چھوٹی سی کشتی ہے وہ مچھلیاں پکڑتا ہے اور گزارا کرتا ہے. جرمن اسے کہنے لگا کہ تم کچھ عرصہ بہت زیادہ کام کرو اور ایک بڑی کشتی Steamer خرید لو. حبشی پوچھنے لگا پھر کیا ہوگا جرمن بولا پھر تم بہت سی مچھلیاں پکڑو گے. باشندہ بولا، پھر جرمن کہنے لگا پھر تم امیر ہو جاؤ گے، اس کے کچھ عرصے کے بعد تمہاری ایک کمپنی ہوگی. پھر تمہارے ملازم تمہاری جگہ مچھلیاں پکڑا کریں گے پھر ایک دن تم بھی میری طرح چھٹیوں پر جاؤ گے اور کہیں ساحل سمندر پر مزے سے بیٹھے دھوپ سینک رہے ہوگے. حبشی بولا ''تو اس وقت میں کیا کر رہا ہوں.''

زندگی کی کہانی دراصل اسی طرح ہے جتنے جتنے، پاؤں پھیلائیں گے اتنی زیادہ چادر ضرورت ہوگی.

صبر

صبر ایک اہم ترین چیز ہے، اگر صبر نہ ہو تو کوئی انسان یقین کامل تک نہیں پہنچ سکتا. دنیا میں ہر کامیابی میں چاہے وہ مادی ہو یا روحانی، صبر بہت ہی اہم کردار ادا کرتا ہے. جس نے اسے سمجھ اور سیکھ لیا اس کے آدھے سے زیادہ مسائل حل ہو گئے اور آدھی کامیابی مل گئی، بے صبر انسان ہر معاملہ میں ناکام رہتا ہے.

سب سے پہلے تو یہ دیکھنے کی بات ہے کہ صبر کیا ہوتا ہے.

کچھ لوگ صبر کے معنی مشکلات یا ظلم کے وقت اف تک نہ کرنے کو کہتے ہیں.

دوسرے لوگوں کے نزدیک مشکلات میں ہاتھ پر ہاتھ دھرے بیٹھ جانے کا نام صبر ہے.

کچھ لوگوں کے نزدیک ناکامی یا شکست ہو جانے کے بعد دوبارہ تیاری کرنی اور کامیابی کے موقعے کی تلاش میں رہنے کو صبر کہتے ہیں.

پیٹرسن نے کہا ہے کہ صبر مایوسی کی وہ قسم ہے جسے خوبی کا نام دے دیا گیا ہے.

قرآن میں جگہ جگہ صبر کی تلقین کی گئی ہے اور ساتھ ہی کہا گیا ہے کہ اللہ سے امید رکھو. صبر کا ایک مطلب یہی ہے، دل نہ چھوڑنا اور پر امید رہنا. اس کا مطلب یہ ہے کہ خواہ مخواہ الجھنے کی بجائے امید اور موقع کے انتظار میں رہو اور ناکامی کی وجہ سے بددل نہ ہو جاؤ.

قرآن میں صبر کا مطلب جمے رہنا ہے.

صبر کا مکمل مطلب یہ ہے کہ آپ خود کو سکون کی حالت میں رکھیں، حالات جیسے بھی ہوں. پر امید رہیں، بے صبر ہو کر خواہ حالات سے نہ لڑیں. اپنے آپ کو وقت کے بہاؤ کے ساتھ چلنے دیں. تھوڑے وقت کے بعد مواقع خود بخود آپ کے سامنے آ جائیں گے. وقت کے بہاؤ کے ساتھ چلتے وقت ہر چھوٹی سی چھوٹی یا بڑی سے بڑی اچھی یا بری ہر چیز میں اللہ کی طرف سے کوئی بہتری سمجھی ہے.

اس کی مثال یوں ہے کہ جیسے آپ نہر میں تیر رہے ہیں، اب اگر آپ بہاؤ کے ساتھ آسانی سے تیرتے چلے جائیں بغیر کسی مشکل کے اور پر امید اور خوش باش رہیں. زمانے کی اسی نہر کے اندر ہر چیز تیرتی جا رہی ہے، کچھ وقت تیرنے کے بعد آپ کو خود بخود اچھے مواقع ملنے لگ پڑیں گے. بہر حال اپنے منتخبہ شعبے کی مناسب تعلیم و تربیت حاصل کر کے بہاؤ کے ساتھ چلنا

کامیابی کی یقینی صورت ہے.

ہر آدمی اس چیز پر عمل کر کے اپنے حالات بہتر کر سکتا ہے اور خوش قسمت بن سکتا ہے. کسی بھی مشکل میں پڑنے کے بعد آپ کے لیے دو ہی صورتیں ہیں، یا تو آپ صبر سے کام لیں اور خواہ مخواہ قوت ضائع نہ کریں، یا یہ کہ آپ بے صبرے ہو کر اندھا دھند ہاتھ پیر مارنے لگ پڑیں اور اپنی ساری توانائی ختم کر کے تھک ہار کر دل چھوڑ جائیں. کم یقین والا ہر آدمی شروع میں بہاؤ کے ساتھ ہی تیرے، پھر یقین کامل میں ترقی کے بعد بہاؤ کے مخالف بھی جایا جا سکتا ہے. آپ اگر مذہب کی نظر سے دیکھیں تو اس میں بتایا گیا ہے کہ جو انسان کے نصیب میں ہو ضرور ملتا ہے. حدیث پاک (بخاری) میں بھی اس کا بتایا گیا ہے.

اب اس میں بہت سے سوال کھڑے ہو جاتے ہیں کہ کیا محنت نہ کرنے والے کو بھی ملتا ہے یا ملنے کا وقت کیا ہے.

اس کا جواب یہ ہے کہ جو ملنا ہو وہ تو مل جاتا ہے، اسے سنبھالنا اور بڑھانا آپ کا کام ہے.

اس میں بے صبرے انسان پہلے ہی خواہ مخواہ ہاتھ پیر مار کر حوصلہ چھوڑ بیٹھتے ہیں، بہت سے بے صبرے غلط راہوں یعنی ڈرگ ڈیلنگ بلیک مارکیٹنگ اور رشوت وغیرہ کے طریقے سے شارٹ کٹس سے اسے حاصل کرنے میں لگ جاتے ہیں. اور صبر والے حق حلال کی کھاتے، اپنے بال بچوں کو پالتے اور صبر شکر کے ساتھ بہاؤ میں چلتے جاتے ہیں. کچھ عرصہ کے بعد وہی دولت جو بے صبروں نے حرام سے کمائی ہے وہ صبر والوں کو حلال طریقے سے مل جاتی ہے، چاہے وہ خود کمائیں یا ان کا کوئی بچہ ان کو کما کر دے اور حلال کی کمائی کا مزا ہی کچھ اور ہے، یہ بڑی مبارک ہوتی ہے، سکون اسی میں ہے.

جو صبر میں رہیں اور امید کا دامن نہ چھوڑیں ان کو اپنا نصیب ضرور ملے گا. اگر وہ کم محنت اور یقین والے ہوں گے تو زیادہ دیر سے ملے گا، جتنا یقین زیادہ ہو گا اتنا ہی جلد ملے گا اور ملنے کے بعد مزید بڑھے گا. اس دنیا میں بلیک مارکیٹنگ رشوت ڈرگ ڈیلنگ اور دوسرے جتنے بھی حرام کام (شیطان کا کارخانہ) ہیں یہ سب بے صبری نے ہی چلائے ہوئے ہیں جب کہ درحقیقت آپ کے اندر موجود روحانی توانائی آپ کے نصیب کو خود ہی کھینچ کر ایک نہ ایک دن آپ کے سامنے لے آتی ہے. عام بے صبرے انسان کو جب بھی کوئی ناکامی ہوتی ہے چاہے یہ کچھ معمولی ہی کیوں نہ ہو، جیسے کام ملنے کے سلسلے میں انٹرویو میں رہ جانا، امتحان میں فیل ہو جانا، تو وہ گھبرا کر

اندھا دھند ہاتھ پاؤں مارنے لگتا ہے جس میں مزید ناکامی ہوتی ہے، اور خواہ مخواہ اس کی توانائی ضائع ہوتی ہے پھر وہ تھک ہار کر سوچنے لگتا ہے کہ میرا نصیب ہی ایسا ہے میرے ساتھ ہوتا ہی ایسے ہے۔

جوں جوں وہ ایسے سوچتا جاتا ہے اس کی ناکامیاں بڑھتی ہی جاتی ہیں۔ پھر جب یہ بے یقینی اس کے اندر بیٹھ جاتی ہے تو پھر چاہے اسے کتنا ہی اچھا موقع ملے وہ فائدہ نہیں اٹھا سکتا۔ کوئی جتنی بار بھی یہ سوچتا ہے کہ وہ ناکام ہوتا جارہا ہے وہ لاشعور میں دھنسے ہوئے یقین پر مزید ایک ہتھوڑی مار کر اسے اور گہرا دھنساتا ہے، جس کے نتیجے میں اس کی بدقسمتی اور بڑھ جاتی ہے (اس کو سمجھنے کے لیے دماغ کی پروگرامنگ کا باب دیکھئے) اس کے لیے بہتر ہے۔ وہ نہیں گھبراتا بلکہ ہنستا کھیلتا اپنی راہ پر چلتا رہتا ہے، کچھ عرصے کے بعد اسے پہلے جیسے یا اس سے بہتر مواقع مل جاتے ہیں۔ چونکہ اس وقت وہ یقین کے حساب سے اور وقت و قسمت کے حساب سے اس کامیابی کے لیے تیار ہو چکا ہوتا ہے۔

ہم اکثر چیزیں صحیح وقت سے پہلے ہی چاہتے ہیں۔

زندگی میں ناکامیاں آپ کے لیے کامیابیوں کے دروازے کھول سکتی ہیں۔ اس کی بے شمار مثالیں موجود ہیں۔ انڈیا کا ایک نوجوان وہاں سے ایس پی کے امتحان میں فیل ہو گیا، بہت دل برداشتہ ہوا، لیکن بعد میں وہی نوجوان انڈیا کی صدارت کا امیدوار تھا۔ ہمارے ملک حاکمین صاحب کی مثال لے لیں، یہ فوج میں سپاہی تھے، مگر بعد میں وہ پیپلز پارٹی کے بڑے لیڈر رہے وزارت بھی ملی۔ چودھری ظہور الٰہی اور سیٹھ عابد کی زندگیاں بھی ایسی مثالوں میں سے ہیں۔

میں خود بھی فوج کی سلیکشن میں ISSB سے ناکام ہو کر اور دوسری دفعہ ISSB سے Defer ہو کر گھر والوں کے نزدیک کالی بھیڑ بن چکا تھا، تنگ آ کر انہوں نے مجھے یورپ بھجوا دیا جہاں میں نے انہیں مزید تنگ کیا۔ یہاں بھی کافی عرصہ کالی بھیڑ ہی رہا، دراصل خوش قسمت انسان ہر نقصان والے موقع پر خود بخود قربانی کا بکرا بننے پہنچ جاتا ہے۔

دونوں کا شروع میں یہی خیال ہوتا ہے کہ یہ موقع ان کی زندگی بنا دے گا۔ لیکن مستقبل کس نے دیکھا ہے، کچھ عرصہ گزرنے کے بعد ہی معلوم ہوتا ہے کہ وہ موقع جو ملا تھا اچھا تھا یا برا۔ زندگی میں ناکامیاں ہونے سے یہ وہم آپ کے دماغ میں گھس جاتا ہے کہ میں ہوں ہی بدقسمت۔

پھر آپ اگر کہیں ملازمت ڈھونڈنے جاتے ہیں تو لاشعوری طور پر غلط وقت پر وہاں پہنچیں

گے چاہے ملازمت موجود ہو آپ کی اہلیت بھی صحیح ہو، مگر لاشعوری کمی میں کسی بدقسمتی کی وجہ سے آپ کوئی نہ کوئی غلطی ضرور کریں گے چاہے آپ وہاں غلط وقت پر جائیں یا آپ کا انٹرویو لینے والا حسب معمول بیوی سے فون پر ابھی ابھی لڑ چکا ہو۔ یا چاہے آپ اس کے سوال کا غلط جواب دیں گے۔

خوش قسمت آدمی بے سود کوشش کرنے کا عادی نہیں ہوتا، وہ ملازمت اگر اس کے لیے واقعی اچھی ثابت ہونی ہے تو وہ بظاہر اتفاق سے ہی صحیح وقت پر وہاں پہنچ جاتا ہے۔

خوش قسمتی کیا ہے، نقصانوں سے خود بخود بچت اور فائدے والی ہر جگہ پر خود بخود ہی موجود ہونا۔

ساری دنیا میں کامیابی کے لیے ایک چیز ضروری ہے جسے کوشش (effort) اور قوت ارادی (Determination) کہا جاتا ہے کہ ہر کامیابی کے لیے اس کا ہونا ضروری ہے مگر صبر کے بغیر کوئی آدمی بھی کامیاب نہیں ہو سکتا صبر کے بغیر یہ دونوں چیزیں بھی بیکار ثابت ہوتی ہے۔ لیکن خوش قسمت آدمی کم جدوجہد (efforts) کے ساتھ زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھا لیتا ہے اور خوش قسمتی صبر کے بغیر نہیں ملتی۔ کامیابی یا دولت ہر چیز یقین کی طاقت میں ہے، جتنا زیادہ یقین ہوگا اتنی زیادہ کامیابی یا دولت وغیرہ ملے گی، یقین صبر کے بغیر نہیں بڑھتا۔

کنفیوشش نے کہا ہر چیز اس کے پاس آتی ہے جو انتظار کرتا ہے۔

مغرب میں ایک لفظ استعمال کیا جاتا ہے جسے Optimism کہتے ہیں۔ لفظی مطلب تو اس کے یہ ہیں کہ ہر حالت میں مثبت سوچ رکھنا۔ اس کے دیگر مطالب بھی ہیں، مگر اس کا ایک اہم معنی یہ ہے کہ کسی بھی درد تکلیف یا مصیبت میں اس کو سب سے مثبت رویہ دینا۔ یہ لفظ ہمارے صبر اور مثبت سوچ رکھنے کے قریب ترین آتا ہے، مگر ہم چونکہ مذہب کی نظر سے دیکھتے ہیں اور ہر چیز میں اللہ کی طرف سے کوئی نہ کوئی بہتری سمجھتے ہیں اس لیے ہمارے مطالب زیادہ وسیع اور مضبوط ہوتے ہیں۔

صبر ہی کامیابیوں اور خوشیوں کی کنجی ہے۔ Cleon نے کہا ہے کہ عمر اور غموں کے مقابلے میں بے صبری خون کو زیادہ جلد جلا دیتی ہے۔

آپ کو میری نصیحت یہ ہے کہ شروع روحانیت میں ہر آدمی بہاؤ کے ساتھ چلے پھر وہ خود ہی خوش قسمت بنتا چلا جائے گا۔

ہر آدمی اس طریقے سے کچھ ہی عرصے کے بعد خوش قسمت بن سکتا ہے۔ زندگی میں صبر کی

اشد ضرورت پر قرآن پاک میں سورۃ العصر میں واضح لکھا ہے. والعصر ۝ ان الانسان لفی ....

ترجمہ: قسم ہے عصر کی. یقیناً انسان گھاٹے میں ہے سوائے ان کے جو ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور لوگوں کو صبر کی تلقین کرتے رہے. یعنی سچائی اور صبر کی راہ پر چلنے والے گھاٹے میں ہی رہتے ہیں.

شکر اللہ

اللہ شکر گزاروں کو پسند کرتا ہے، ناشکری اس کو سخت ناپسند ہے.

آپ کے پاس اس کا شکر ادا کرنے کی بے شمار وجوہات ہیں. اس کی مثال دینے کے لیے شیخ سعدی شیرازی ایک شخص کا ذکر کرتے ہیں کہ جو یہ سمجھ رہا تھا کہ وہ شہر کا سب سے بدقسمت آدمی ہے کہ اس کے پاؤں میں جوتی ہی نہیں ہے. مگر شام کو اسے ایک شخص ملا جو دونوں پاؤں سے محروم تھا.

اس لیے اگر آپ نیچے دیکھیں تو آپ کو شکر گزاری کی بے شمار وجوہات مل جائیں گی. جب کہ ہمیشہ اوپر اور اپنے سے بہتر لوگوں کو دیکھ کر اپنے حالات پر رونے والے ناشکرے ہوتے ہیں. ان کے لیے یہ سزا ہی کافی ہے کہ وہ کافی کچھ ہونے کے باوجود خوش نہیں ہیں اور خوش صرف اللہ کا شکر گزار بندہ ہی ہو سکتا ہے.

برے سے برے حالات میں بھی اللہ کا شکر ادا کریں، کیونکہ اللہ اپنے پیاروں کا اتنا ہی امتحان لیا کرتا ہے جتنا اسے ان سے پیار ہے.

بلھے شاہ عام ناشکرے انسان کی مثال دیتے ہوئے کہتا ہے.

بلیا توں راتی جاگنا ایں — تے راتی جاگن کتے
مالک دا در منہ نہ چھڈن — شاکر بھکے ننگے
ساری رات جا گتے — اٹھ بلیا توں بھی یار منا لے
نیں تاں بازی لے گئے کتے — کتے تیں تو اتے

ترجمہ:

بلھے شاہ اگر تم رات کو جاگتے ہو تو کیا کتے بھی رات کو جاگتے ہیں اپنے مالک کا دروازہ نہیں چھوڑتے اور بھوکے ہونے اور سردی لگنے کے باوجود شاکر ہیں

لیکن دن کو کھلے آسمان کے نیچے جا سوتے ہیں بلھے شاہ اٹھو اور اپنے اللہ کو راضی کر لو ورنہ کتے تم سے بازی لے گئے ہیں یعنی کتوں کا درجہ تم سے بلند ہے

یعنی بلھے شاہ کہتا ہے کہ تم رات کو جاگنے کو ہی کافی سمجھ رہے ہو، رات کو تو کتے بھی جاگتے ہیں. مالک کا در کبھی بھی نہیں چھوڑتے چاہے بھوکے رہیں، سردی لگے، کچھ بھی ہو. وہ شاکر ہیں جب کہ تم تھوڑی سی تکلیف میں ہی اللہ سے شکوہ کرنے بیٹھ جاتے ہو اور اس کا در چھوڑنے کی فکر میں ہو تم واپس اللہ کے در پر جاؤ اسے ناراض مت کرو. ورنہ کتے تم سے بازی لے جا رہے ہیں.

اپنی عادت بنائیں کہ ہر روز خدا کا شکر ادا کریں. پھر اللہ آپ کو ہر چیز میں ترقی دیتا چلا جائے گا.

شکر گزاری کے لیے بہتر ہے کہ آپ اپنے نیچے والے لوگوں کو دیکھنے کی عادت ڈالیں. پھر آپ کو احساس ہوگا کہ اللہ نے آپ کو بہت کچھ دیا ہوا ہے. انسان اچھے خاصے حالات میں ہوتا ہے مگر اس کو ان کی قدر نہیں ہوتی، ایسے شخص کو اللہ جب کبھی مشکل حالات میں ڈالتا ہے تو پھر اسے اپنے پہلے حالات کی قدر آتی ہے. پھر ان کو یاد کر کے روتا ہے لیکن عقل مند کو چاہئے کہ ایسا وقت آنے سے پہلے اپنے حالات پر اللہ کا شکر ادا کرے.

اخلاق

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے:

''تم میں سے بہتر وہ ہیں جن کا اخلاق عمدہ ہے''

آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان یہ بھی ہے کہ:

''مسکرانا چہرہ تمہارے مومن بھائی کے لیے صدقہ ہے''

بے شمار اسلامی کتابوں کو پڑھنے، لوگوں کو ملنے اور ذاتی تجربات کے بعد اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ اللہ لوگوں کے بارے میں ہمدردانہ طرز عمل رکھنے والوں کے درجے جلد بلند کرتا ہے.

جناب میاں محمد بخش کا شعر ہے

مسجد ڈھادے مندر ڈھادے ڈھادے جو کجھ ڈھیندا
اک بندیاں دا دل نہ ڈھاویں رب دلاں وچ رہندا

ترجمہ:

مسجد گرا دو مندر گرا دو جو بھی گرے گرا دو
مگر لوگوں کا دل مت گرانا کیوں کہ خدا اس میں رہتا ہے

سچائی

سچائی ایک ایسی حقیقت ہے کہ دنیا میں کوئی شخص بھی اس کا انکاری نہیں ہے۔ ہمیں ہر حالت میں سچ بولنے کا حکم ہے۔ یورپ اور مغربی ملکوں میں میں نے خاص طور پر نوٹ کیا ہے کہ یہ لوگ جھوٹ نہیں بولتے اور سچی بات اگر دلیل کے ساتھ کی جائے تو اسے مان لیتے ہیں۔ جب کہ ہمارے لوگ بلا ضرورت بھی جھوٹ بولتے رہتے ہیں۔

سچ بولنے کے بارے میں ایک عجیب حقیقت یہ بھی ہے۔ جس کا مجھے اور لوگوں کو کئی بار تجربہ ہوا ہے کہ جب ایک انسان ہر حال میں سچ بولنے کا تہیہ کر لیتا ہے تو کچھ عرصے کے بعد اس کے منہ سے صرف سچ ہی نکلتا ہے، وہ جس کسی کو کوئی بات بھی کہہ دے وہ ہو جاتی ہے۔ کیونکہ اللہ تعالیٰ چاہتا ہے کہ اس کے سچے بندے کی مدد کی جائے، اس کی بات کو سچا کر دیا جائے۔ ایک حد تک سچ بولنے اور شریعت پر عمل کرنے کے بعد اس کی زبان جیسے اللہ کی زبان بن جاتی ہے، جیسا کچھ مجذوبوں کے ساتھ ہوتا ہے۔

گو یہ صرف مجذوبوں کے ساتھ نہیں بلکہ سالکوں کے ساتھ ہوتا ہے۔ سالک کا درجہ مجذوب سے بہت بڑا ہوتا ہے۔ مجذوبی تو فراریت میں آتی ہے۔ ہر حالت میں سچ بولنا روحانیت کے نہ ختم ہونے والے سفر میں سالک کا پکا ساتھی اور مددگار رہا کرتا ہے۔

کچھ لوگوں کو میری مجذوبوں والی مثال سمجھ میں نہیں آئے گی، ان کے لیے عرض ہے کہ کافی سارے لوگوں کی اکثر دعائیں (منہ سے بولے ہوئے الفاظ) کیسے پوری ہو جاتی ہیں؟

❀❀❀❀❀

باب نمبر۲

توحید کے نظریات

وحدت الوجود

صوفیہ کے درمیان وجود باری تعالیٰ کے بارے میں دو نظریات وحدت الوجود اور وحدت الشہود مشہور ہیں۔ وحدت الوجود کا مطلب یہ ہے کہ دنیا میں ہر چیز میں اللہ ہی موجود ہے جبکہ وحدت الشہود کے مطابق دنیا میں جو کچھ ہے وہ اللہ کی طرف سے ہے۔

کچھ علماء نے توحید کی بے شمار قسمیں بیان کی ہیں۔ مگر بات وہی کرنی چاہئے جو لوگوں کی سمجھ میں آ جائے۔ کتاب تذکرہ غوثیہ میں توحید کی مختلف قسموں پر قدرے مفصل بحث کی گئی ہے۔

وحدت الوجود کے ماننے والے بڑے ناموں میں حضرت محی الدین ابن عربیؒ کا نام قابل ذکر ہے۔ اکثر صوفیا اس کے قائل ہیں، جن میں مولانا روم کے مرید صدرالدین قونویؒ، فخرالدین عراقیؒ، حافظ شیرازیؒ اور یحیٰ منیریؒ جیسی جلیل القدر ہستیاں شامل ہیں۔

ایک تیسرا نظریہ حلول بھی ہے۔ جس میں بڑا نام حسین بن منصور حلاجؒ کا ہے۔ حلول کا مطلب یہ عقیدہ ہوتا ہے کہ اللہ انسان میں اتر آتا ہے۔ حلول میں قدیم عقیدہ ہندوؤں کا ہے۔ جن کے کہنے کے مطابق پرانے زمانے میں اللہ اوتار کی صورت میں زمین پر آیا تھا۔ غالباً حلول کا یہ عقیدہ منصور حلاج نے اپنے سفر ہندوستان سے ہی لیا تھا۔ بہر حال یہ سب باتیں ہیں، کیونکہ جس نے اللہ کو دیکھا اس نے خود کو اس وقت نہ دیکھا۔ یہ ایسے ہی ہوتا ہے جیسے انسان خواب دیکھ رہا ہو۔ کئی لوگ اس کیفیت تک پہنچ گئے، لیکن ان کو کیا ملا۔ ان میں سے ہر کوئی منصور کی طرح صاحب کرامت بھی نہ بن سکا۔

ویسے بھی کرامت اور چیز ہے اور اس کا اللہ کو ملنے یا دیکھنے سے کوئی لازمی تعلق نہیں ہے۔ گو اللہ کو دیکھنا علیحدہ بات ہے مگر اللہ کے ساتھ مل جانا، یہ بات موت کے بعد ہی ممکن ہے۔ ہمارے لیے رسول پاک ﷺ کا واقع معراج مثال ہے قرآن میں لکھا ہے کہ آپ ﷺ سے بھی دو کمان کا فاصلہ رہا کیسا حلول اور اللہ کے ساتھ ایک ہو جانا کیسا۔

فرعون بھی خدا بنا بیٹھا تھا اور اس میں اتنی طاقت بھی تھی کہ اپنے حکم سے دریائے نیل کو روک

اور چلا لیتا تھا، اتنا علم بھی تھا کہ حضرت موسیٰ علیہ السلام کے پیدا ہونے سے پہلے ہی اسے علم ہو چکا تھا اور بنی اسرائیل کے سب بچے اس نے قتل بھی کروا دیے تھے. اس نے اسباب کی انتہا کر دکھائی تھی. موسیٰ علیہ السلام اللہ نہیں کہلاتے تھے، اللہ تعالیٰ کے پیغمبر تھے، اللہ کے ساتھ تھے.

پھر اللہ بننے والا ہار گیا، اللہ کے ساتھ رہنے والا جیت گیا. اللہ کے ساتھ ہی رہو. اللہ کے ساتھ ایک ہونے کا نہ سوچو (موت کے بعد وقت آنے پر خود ہی اس کے ساتھ ہو جاؤ گے).

روحانیت کا اصل کام اپنی روح کی صلاحیتوں کو کام میں لانے کا ہے جو اللہ کو ملے بغیر بھی ہو جاتا ہے. کشف و کرامات بھی ویسے ہی مل جاتی ہیں. اسلامی روحانیت میں اس کے دو آسان اور جلدی کام کرنے والے طریقے موجود ہیں.

پہلا کسی مرشد کی نظر کا اثر ہونا، کسی کامل کی روحانیت سے اسی طرح فیض یاب ہو جاتا ہے. اس میں بھی حوصلہ رکھنے والے کا جلدی کام ہوتا اور زیادہ بہتر ہوتا ہے. کم حوصلہ کو فائدہ کم اور دیر سے ہوتا ہے اور بے حوصلہ کو کچھ ملے بھی تو چلا جاتا ہے.

دوسرا قوالی سن کر وجد میں آ جانا. اس سے انسان کی اندرونی شخصیت جھٹکا لگنے سے باہر آ جاتی ہے، مگر مزاروں کی طرح یہ بھی ان کے ساتھ ہوتا ہے جو اندر سے تیار ہو چکے ہوتے ہیں. گو قرآن کی مخصوص آیتوں کا ورد اس سلسلے میں سب سے یقینی اور مکمل ترین راستہ ہے، یہ بھی کسی استاد سے پوچھ کر کریں تو اثر جلدی ہوتا ہے. اس میں بھی جتنا زیادہ یقین ہوگا اتنا جلدی اثر ہوگا. توکل اللہ اس کی کنجی ہے، شروع میں ''جاگ'' (کسی کی توجہ یا اثر) لگ جائے تو کام بہت آسان ہو جاتا ہے. رہی بات مافوق الفطرت صلاحیتوں اور کرامات وغیرہ کی جیسے ہوا میں اڑنا، جسم میں سے چھریاں گزارنا، چیزیں ہوا میں کھڑی کر دینا، ایسی چیزیں کسی استاد سے سیکھنے سے آتی ہیں. اس میں روحانی ہونا بھی کوئی لازمی شرط نہیں. مگر ایسے لوگ دوسرا کوئی کام نہیں کر سکتے، جو سیکھا ہے وہی ''کرتب'' کافی ہوتا ہے. اصلی روحانی یہ کام بغیر کسی استاد کے بھی سیکھ لیتے ہیں، پھر ایسے تمام کام کسی نہ کسی حد تک کر لیتے ہیں.

وحدت الوجود کا صحیح عقیدہ یہ ہے کہ کائنات میں سب چیزیں (ہم انسانوں سمیت) اللہ کے نور سے ہی ہیں، مگر صرف ہم ہی خدا نہیں بلکہ اللہ انسانوں سے جدا علیحدہ نور کا سمندر بے کراں ہے اور ہماری حیثیت خدا کے مقابلے میں سمندر کے سامنے ایک قطرہ پانی کی سی ہے.

وحدت الشہود والے یہ کہتے ہیں کہ خدا کو دیکھنا اس طرح ہے جیسے آئینے میں چاند کو دیکھنا

ہے، خدا سے ایک ہونا ممکن ہی نہیں ہے یہ سب کائنات خدا کا ایک عکس ہے. نظریہ وحدت الشہود کے سب سے بڑے مبلغ حضرت مجدد الف ثانیؒ تھے.

توحید، قرآن اور جہاد

اسلام میں مذہب کی بنیاد توحید پر ہے کہ اللہ کو ایک ماننا. اسلام کی روحانیت (طریقت) میں بھی یہ پکا عقیدہ ہے کہ اللہ ایک ہے، اللہ چھوٹے سے چھوٹا اور بڑے سے بڑا ہے، ہر علم اور چیز کی انتہا اللہ ہے، وہ ہمیشہ سے تھا اور ہمیشہ رہے گا، نہ اس کی کوئی اولاد ہے اور نہ وہ کسی کی اولاد ہے.

بہت سے مذہب والوں نے کئی خدا بنا لئے، اسی طرح کسی نے خدا کا بیٹا اور کسی نے بیٹی بنالی. کئی خداؤں کو ماننے اور خصوصاً خدا کو جسمی شکل میں ماننے میں مذہب کی نظر سے دیکھے بغیر بھی یہ فرق نظر آتا ہے کہ پھر آپ ہر کام میں مختلف خدا کی عبادت کریں گے. کچھ لوگ جسمانی خداؤں (اوتاروں) کے قائل ہیں، کچھ خدا کو بالکل نہیں مانتے.

اس کے علاوہ خدا کو جسمی شکل میں ماننے والا انسان ہر چیز میں کسی مادی خدا کی مدد پر توکل کرے گا اور جب تک اس کو یہ مادی خدا نظر نہیں آتا، اس کا یقین مضبوط نہیں ہوگا. وہ شک میں ہی رہے گا. خدا کو بغیر شکل کے ماننے میں یہ ہوتا ہے کہ خدا ہر چیز اور ہر جگہ پر موجود ہے، وہ ہر کام میں بغیر ظاہری سبب کے بھی مدد کرتا ہے، جو کہ دلیلی طور پر بھی ایک بہتر صورت ہے. شرک کو اسی لیے بھی کفر کہا گیا ہے اور اس کی سخت ممانعت ہے.

توحید یعنی خدا کو ایک ماننا ہی دین ابراہیمی اور اسلام کی سب سے لازمی شرط ہے. توحید کی بہت سی قسمیں ہیں. توحید وجودی، شہودی، اتحادی، حلولی، اس کے علاوہ بے شمار اور قسمیں بھی لکھنے والوں نے بیان کی ہیں. آگے ان کا مختصر ذکر وحدالوجود اور وحدت الشعود میں کیا گیا ہے. زیادہ تفصیل آپ کو تذکرہ غوثیہ میں مل سکتی ہے.

سورۃ النساء میں شرک کے بارے میں لکھا ہے.

''بے شک اللہ نہیں بخشتا اس بات کو کہ شرک کیا جائے اسکے ساتھ اور بخش دیتا ہے جو اس کے علاوہ ہے جس کو چاہتا ہے اور جو شریک ٹھراتا ہے اللہ کے ساتھ وہ ارتکاب کرتا ہے گناہِ عظیم کا'' (۴:۴۸)

مختلف مذاہب اور مختلف معاشروں کے لوگوں نے طرح طرح کی مشقیں روحانی ترقی کے

لیے ایجاد کی ہیں جو کہ اپنے اپنے یقین کے حساب سے کچھ نہ کچھ فائدہ بھی دیتی ہیں. اپنے آپ کو یقین دلانا (خود کو قابل سمجھنا اور ماننا) ہی سب سے اہم چیز ہوتی ہے. مگر اس میں یہ بات یاد رکھیں کہ غلط بنیاد پر عمارت زیادہ عرصہ کھڑی نہیں ہو سکتی. انسان کا لاشعور اور روح غلط بنیاد پر کھڑی عمارت کو تھوڑے عرصے کے بعد گرا دیا کرتے ہیں کیونکہ انسان اندرونی طور پر اس غلطی کو محسوس کر چکا ہوتا ہے، مگر شعور کو اس کی خبر نہیں ہوتی. مضبوط اور صحیح بنیادوں پر ہی روحانیت کی عمارت تعمیر کریں. مذہب اسلام کا ایک مقصد یہ بھی ہے، ورنہ انسان طرح طرح کے تجربات کر کے الجھتا ہی چلا جاتا ہے.

قرآن میں صرف اللہ سے ڈرنے کا کہا گیا ہے جو کہ دوسرے سب ڈروں سے بچاتا ہے اور ان سے بچنا ہی زندگی میں عقل و کامیابی کی کنجی ہے. قرآن پاک میں انسان کو مکمل انسان بنانے کا طریقہ بتایا گیا ہے اور حدود بتائی گئی ہیں اور ہر اہم مسئلے پر مکمل رہنمائی کی گئی ہے. عام دانش مندی کی باتیں بھی بتائی گئی ہیں مگر یہ چیز انسانی نفسیات میں شامل ہے کہ بڑی سے بڑی عقل مندی کی بات بھی انسان دوسری یا تیسری بار نہیں سننا چاہتا، اس لیے قرآن میں ہر اہم چیز کے اصول بتانے کے علاوہ زیادہ توجہ انسان کی مخفی صلاحیتوں کو ابھارنے پر دی گئی ہے. یہی قرآن کا اہم ترین کام ہے، یعنی قرآن انسان کو Wisdom (اندرونی علم) دیتا ہے.

جب کہ اب تک ساری دنیا میں موجودہ طریقہ تعلیم کا المیہ یہ ہے کہ وہ یہ سکھاتی ہے کہ کیا سیکھنا ہے، یہ نہیں سکھاتی کہ کیسے سیکھنا ہے. کیا سیکھنا خالی عام علم سیکھنا ہے جو کہ آپ کو نوکری ڈھونڈنے وغیرہ میں ہی زیادہ مددگار ہوتا ہے. کیسے سیکھنا اندرونی علم کا حصہ ہے، اس میں یقین کامل، شک و ڈر سے بچنا، صبر وغیرہ سب کچھ آ جاتا ہے اور یہ بھی معلوم ہو جاتا ہے کہ سکھائے ہوئے یا پڑھے ہوئے علم میں سے کیا اہم ہے اور کیا کچرا ہے. خود کو سمجھنا Wisdom کی سب سے اونچی قسم ہے، پھر انسان کے پاس ہر چیز، ہر علم خود بخود آ جاتا ہے. قرآن کا اصل کام انسان کو یہی اندرونی علم (Wisdom) دینا ہے، لفظی علموں کی تو کوئی حد ہی نہیں ہے.

ورد کی صورت میں قرآنی آیتوں کو پڑھنا (جیسے سورۃ فاتحہ کا ورد نماز کا لازمی حصہ ہے) اپنے علیحدہ اور طاقتور اثرات رکھتا ہے. آیتوں کا روحانی ترقی کے لیے صحیح طریقہ کسی خاص نیت یا مقصد کو رکھ کر اسی چیز سے متعلق آیت پڑھنے کا ہے جو کہ عموماً آیت کے لفظی معنوں سے، احادیث پاک اور دوسرے علماء و صوفیہ کی کتابوں کی مدد سے معلوم ہو جاتا ہے. کچھ دوسرے

مذاہب اور روحانیت والے خالی خدا کا تصور ذہن میں رکھنے کو کافی سمجھتے ہیں مگر ذہن یہ زیادہ دیر تک نہیں کر پاتا. جب کہ ورد ہر کوئی کر سکتا ہے اور اس کی وائبریشن کے اپنے علیحدہ بہت طاقتور اثرات ہوتے ہیں "ان سے انسان کی روح بھی بولنے لگ پڑتی ہے".

ایک دلچسپ بات یہ ہے کہ مجھے قرآن میں کہیں بھی زیادہ محنت کرنے کا ذکر نہیں ملا گو رزق حلال کا حکم ہے جس میں محنت کا حکم خود ہی آ جاتا ہے. مگر بات دراصل یہی ہے کہ ہر چیز آسانی کے ساتھ حاصل کی جا سکتی ہے، صرف توکل اللہ مضبوط ہو اور کچھ نہ کچھ ظاہری اسباب ساتھ کیے جائیں.

قرآن میں جہاد کی تیاری کا بھی حکم ہے جہاد کی بھی دراصل پانچ قسمیں ہیں (۱) زبان کے ساتھ (۲) قلم کے ساتھ (۳) مال کے ساتھ (۴) نفس کے ساتھ (۵) تلوار کے ساتھ. اسلام کے اسی جہاد باسیف کو جو کہ مدافعتی جہاد ہے، ہمارے کچھ بے وقوف دوستوں کی غلطیوں کو سامنے رکھ کر اور کچھ اپنے مقاصد کو حاصل کرنے کے لیے سامراجی طاقتیں وحشیانہ وظالمانہ جہاد بنا کر پیش کرتی ہیں.

قرآن پاک کے بارے میں مسلمان روحانی یہ کہتے ہیں کہ اس کی ہر ایک آیت کے سات، ستر، یا سات سو مختلف معنی ہیں. اس کے ظاہری مطلب عام لوگوں کے لیے ہیں (بہرحال میں خود قرآن پاک کے باطنی معنوں کو نہیں مانتا گو اس کے روحانی اثرات مختلف ہو سکتے ہیں).

اس کتاب کے لکھنے اور تکمیل کے دوران ہی مجھے پہلی بار صحیح طریقے سے قرآن پاک اور حدیث شریف کے مطالعہ کا موقع ملا اور میرے لیے یہ بات بڑی دلچسپی کا باعث تھی کہ یہ باتیں جو اس کتاب میں بیان کی گئی ہیں وہ تقریباً سب مجھے وہاں موجود ملیں، لیکن ہمارے عالموں کی نا سمجھی (یا جہالت) کی وجہ سے وہ ان کے مطالب تک نہ جا سکے. یا پھر زیادہ پرانے دور میں ضروریات محدود ہونے کی وجہ سے ان کی تشریح ضروری نہ سمجھی گئی. بہرحال موقع ملا تو ان شاء اللہ اس موضوع پر کچھ ضرور لکھوں گا.

توکل اللہ

دنیا کے کچھ ماہر روحانیت کہتے ہیں کہ پہلے خدا کو بناؤ پھر خدا تمہیں بنائے گا.

اس کا مطلب یہ ہے کہ پہلے اللہ کو صحیح طرح سے مانو پھر ہی باقی کام ہو سکتے ہیں. ہم میں

سے زیادہ لوگ اس کو تھوڑا یا چوتھائی یا آدھا مانتے ہیں، گو منہ سے اللہ اللہ چاہے سارا دن کرتے رہیں. سب پیغمبر اللہ پر مکمل توکل کرتے تھے ان کو جو چیز بھی ضرورت ہوتی تھی وہ لوگوں سے مانگنے کے بجائے اس سے مانگا کرتے تھے. پھر یہ توکل ان کے اندر اتنا مضبوط ہو جاتا تھا کہ وہ ہر چیز میں اللہ کو ہی دیکھتے تھے اور پھر ہر چیز چاہے جانور، درخت یا بے جان ہی کیوں نہ ہو ان کا حکم مانتی تھی. توکل اللہ کا سبق یہی ہے.

یقین کو یقین کے سب سے اونچے درجوں پر لے جانے والی چیز توکل خدا ہے. اس کے بغیر یقین، یقین کامل میں نہیں تبدیل ہو سکتا. مادی دنیا میں یقین کا زیادہ کام ہوتا ہے اور اسباب کا اور روحانیت میں توکل اللہ کا. اسلام کی روحانیت کا سب سے اہم پہلو توکل اللہ ہے بلکہ اس کے بغیر اسلام کی روحانیت کا تصور ہی نہیں ہو سکتا. ’’سالک روحانیت میں اتنا ہی اوپر جا سکتا ہے جتنا زیادہ اس کا اللہ پر توکل ہے.‘‘

اس پر معلومات آپ کو دوسری بے شمار روحانیت کی کتابوں میں مل جائیں گی. میں صرف اہم باتوں کا ذکر کروں گا. اللہ پر توکل کا مطلب یہ ہے کہ ہر کام اللہ ہی نے کرنا ہے، اور انسان کو اس پر اندھا یقین ہونا چاہیے. اس میں سمجھنے کی بات یہ ہے کہ اللہ ظاہری اسباب کے بغیر بھی کام کرتا ہے.

انسان جب ظاہری اسباب کی طرف ہی دیکھتا رہتا ہے تو پھر اس کا یقین یقین کامل میں تبدیل نہیں ہو سکتا. اس میں کسی بھی کام کے ہونے پر سالک کو یہ یقین ہونا چاہیے کہ بفضل خدا یہ کام ضرور ہو گا. کیسے ہو گا؟ یہ اللہ کا مسئلہ ہے ہمارا نہیں لیکن کام ضرور ہو گا.

اللہ کے پاس کسی بھی کام کرنے کے بے شمار رستے ہیں، گو ہماری نظر ایک آدھ راستے تک ہی محدود ہے. اس میں ایک چیز آپ نے ہمیشہ ذہن میں رکھنی ہے کہ اگر آپ کا کوئی کام وقت پر بھی نہیں ہو رہا تو اس میں آپ کی کوئی بہتری ہے. ظاہری اسباب کی طرف دیکھنے کی ایک مثال آپ کی آسانی کے لیے دے دوں. مثلاً آپ کو پیسوں کی ضرورت پڑ گئی ہے. اب یہ انسان کی فطرت ہے کہ وہ آس پاس کے لوگوں کی مدد ہی تلاش کرتا رہتا ہے کہ میرا فلاں رشتے دار یا فلاں دوست ہی اس مسئلے میں مدد کر سکتا ہے کیونکہ اس کے پاس ہی زیادہ پیسے موجود ہیں. آپ انہیں لوگوں کے پاس جا کر پیسے مانگیں گے. لیکن اصل طریقہ ہے کہ آپ کو اللہ پر پورا توکل ہونا چاہئے، پھر آپ کی کوئی آدمی آ کر ضرور مدد کر جائے گا، چاہے آپ کا یہی دوست یا رشتے دار

کرے یا کوئی ایسا واقف یا ناواقف آدمی آپ کے کام آ جائے جو عام طور پر آپ کے خیال میں نہ آ سکتا ہو.

یقین کی طاقت ہر چیز کو کھینچ کر خود ہی آپ کے پاس لے آتی ہے.

کوشش ضرور کریں، مگر اللہ پر توکل مضبوط رکھیں.

اسی بارے میں مشہور صوفی حسن بصریؒ اور ان کے شاگرد حبیب عجمی کا واقعہ قابل غور ہے. حبیب عجمی پہلے سود پر لوگوں کو پیسے دیا کرتے تھے، پھر ایک دن اس سے توبہ کر لی. اپنا سارا پیسہ اور گھر بار غربا میں تقسیم کر کے وہ اپنی بیوی کے ساتھ دریا کے کنارے ایک جھونپڑی سی بنا کر رہنے اور دن رات اللہ کی عبادت میں مشغول ہو گئے، اللہ نے جلد ہی ان کو اپنا مقرب کر لیا. ایک دن حسن بصری ان کے مہمان تھے، کھانے کا وقت ہو گیا. حبیب عجمی کے گھر میں اس وقت صرف ایک روٹی اور تھوڑا سا سالن موجود تھا، انہوں نے وہی جناب حسن کے سامنے رکھ دیا. ابھی حسن بصری نے کھانا شروع نہیں کیا تھا کہ باہر ایک بھوکے سائل نے صدا لگائی. حبیب عجمی نے وہ روٹی ان کے سامنے سے اٹھا کر اس سائل کو دے دی.

حسن بصری کو بڑا تعجب ہوا اور غصہ بھی آیا وہ حبیب سے کہنے لگے ’’تم مہمان داری کے آداب سے واقف نہیں ہو، تمہیں تمیز نہیں ہے. اگر سائل کو دینا ہی تھا تو اس روٹی میں سے ایک ٹکڑا توڑ کر دے دیتے یا آدھی روٹی دے دیتے، تم نے سب روٹی دے دی اور اپنے مہمان کو بھوکا رکھا‘‘ حبیب یہ بات سن کر خاموش رہے.

تھوڑی ہی دیر میں دروازے پر دستک ہوئی. حبیب نے دروازہ کھولا تو باہر ایک خادم دعوت کے بہت سے لوازمات سے بھرا برتن لے کر کھڑا تھا، کسی امیر آدمی نے اس کو حبیب کی طرف بھیجا تھا. حبیب نے وہ کھانا لے کر حضرت حسن بصری کے سامنے رکھ دیا. جب حسن کھانا کھا چکے تو حبیب بولے کہ حسن آپ شریعت کے عالم اور نیک آدمی ضرور ہیں لیکن کاش توکل کا یہ درجہ بھی آپ کو حاصل ہوتا. حسن بصری بڑے شرمندہ ہوئے.

جناب حبیب کو یہ پورا توکل تھا کہ اگر اللہ نے سائل بھیجا ہے تو پھر ان کی مدد بھی وہ ضرور کرے گا. ہمیں بھی ایسا ہی توکل رکھنا چاہئے.

توکل سے ہی جنید بغدادی کا بھی ایک واقعہ منسوب ہے.

وہ اس طرح ہے کہ ایک طالب خدا تھا. کچھ روحانی مسائل تھے جو اسے سمجھ نہیں آ رہے

تھے. وہ بے شمار روحانی لوگوں سے ملا، جہاں بھی کسی کا پتہ چلا ان کے پاس حاضر ہوا مگر تسلی نہ ہوئی تھک ہار کر آخر ایک دن جنگل میں ایک جگہ پر بیٹھ گیا کہ اب اللہ ہی اس مسئلے کو حل کرے گا.

ادھر جنید بغدادی ایک دن اپنی گھوڑی کو پانی پلانے نکلے، گھوڑی نے بجائے پانی کی طرف جانے کے جنگل کی راہ لی. جنید متعجب ہوئے کہ یہ کیا کر رہی ہے، پھر ان کو خیال آ گیا کہ اس میں بھی اللہ کا کوئی راز ہے. گھوڑی جنگل میں کچھ فاصلہ طے کرنے کے بعد ایک جگہ پر رک گئی، وہاں پاس ہی وہ آدمی بیٹھا ہوا تھا.

جنید نے اسے دیکھ کر پوچھا کہ تم کون ہو اور یہاں کیا کر رہے ہو. اس نے اپنی کہانی سنائی. جب اس نے اپنے مسائل بیان کئے تو جنید نے اسے تمام مسائل کا جواب دیا اور اسے ان کی پوری تعلیم بھی دے دی. پھر فارغ ہو کر جب واپس چلنے لگے تو اس آدمی سے کہنے لگے کہ اگر آئندہ کوئی مشکل پڑے یا کوئی مسئلہ ہو تو مجھے یاد کر لینا. اس شخص نے جواب دیا "اللہ خود ہی کسی کو پکڑ کر میرے پاس لے آئے گا جیسے وہ آپ کو لے آیا ہے، آپ مجھے اس بڑے دروازے سے اپنے چھوٹے دروازے کا راہ بتا رہے ہیں"

جنید بولے ہر صوفی کا توکل ایسا ہی ہونا چاہیے، سب کو تم سے سبق سیکھنا چاہیے، جب انسان کا توکل ایسا ہو تو اللہ خود ہی سبب بناتا جاتا ہے.

مشہور صوفی خلیفہ بن موسیٰ نہر ملکی کا فرمان ہے کہ زاہدوں کا آخری قدم متوکلین کا پہلا قدم ہوتا ہے.

یقین کامل اور توکل اللہ

انسان کا یقین جتنا مضبوط ہوتا ہے اور اللہ پر اس کا توکل جتنا زیادہ اور مضبوط ہوتا ہے، اتنا ہی جلد اور زیادہ بلندیوں پر وہ پہنچتا ہے. بغیر پیر یا استاد کے سالک کو چاہئے کہ وہ سب سے زیادہ زور ان دو چیزوں پر دیں. توکل اللہ کا مطلب ہے کہ اللہ کو دل سے مانیں، صرف منہ سے نہیں، اور اللہ سبب کے بغیر بھی ہر کام کر سکتا ہے. سالک حوصلہ ہمیشہ بلند رکھیں، یہ بزدلوں کا کام نہیں بلند حوصلہ لوگوں کی راہ ہے. نظر بلند رکھیں، چھوٹی چھوٹی چیزوں کے بارے میں سوچنے والا چھوٹے چکروں میں ہی پڑا رہتا ہے اور ترقی نہیں کرتا.

چھوٹا موٹا گناہ یا غلطی اگر ہو جاتی ہے تو توبہ کر کے اسے بھول جائیں، توبہ سے ہر چیز

معاف ہو جاتی ہے. ورنہ ضمیر پر خواہ مخواہ بوجھ ہو تو ترقی نہیں ہوتی اور انسان خواہ مخواہ چھوٹے چھوٹے چکروں میں پھنسا رہتا ہے.

فرقہ واریت کے چکر میں مت پڑیں. اس سے بالکل بچیں، اس کا کوئی آخر نہیں ہے.

جس چیز پر یقین بیٹھ جائے وہی ہوتی ہے، مثلاً اگر آپ کا قبروں پر اعتقاد نہیں ہے تو آپ کو مزاروں سے کچھ نہیں ملے گا. اسی طرح کچھ کا یقین اس طرح ہے کہ ہر چیز فلاں بزرگ جیسے غوث پاک سید عبدالقادر جیلانیؒ کے ذریعے ملتی ہے یا کسی خاص صحابہ کرامؓ کی وجہ سے، تو پھر ان کو اپنے یقین کے حساب سے ہی چیز ملے گی. اگر آپ کو ان پر یقین نہیں ہے، تو ان سے نہیں ملے گا. اس میں اگر آپ میں حوصلہ ہے اور آپ کا یقین مضبوط ہے تو سب سے اوپر والے پر نظر رکھیں.

رسول پاک ﷺ کے فرمان پر مضبوطی سے عمل کریں.

اللہ سب سے اوپر بیٹھا ہے، وہ آپ کو آپ کے عمل اور نیت سب کو جانتا ہے. اس کی بتائی ہوئی راہ پر چلیں نظر بلند رکھیں، وہ خود ہی سب کو پکڑ کے آپ کے پاس لے آئے گا، استاد کو بھی.

اللہ کے سب نام اسم اعظم ہیں، بات صرف یقین کی ہے اور جب اللہ کا نام لیا جائے تو دل میں یقین صحیح طریقے سے موجود ہو. "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" اسم اعظم ہے، اس میں اللہ کے نام تین بار آتے ہیں. آپ اس کو تین، پانچ، سات یا گیارہ بار پڑھ کر کوئی کام کریں، پھر اس کا نتیجہ دیکھیں. مگر بات یقین کے درجے پر ہی ختم ہوتی ہے.

میرے خیال اور تجربے میں یہی اسم اعظم ہے. اس کی ایک تسبیح کسی بھی مقررہ وقت میں ضرور پڑھا کریں. "لا الٰہ الا اللہ" سب سے بہتر ذکر ہے. سارا دن کرنے والے ورد میں بہت اچھا ذکر ہے. تسبیح کے خاتمے پر "محمد الرسول اللہ" پڑھ کر پہلا کلمہ مکمل کر دیا کریں.

سالک کو چاہئے کہ شروع کے دنوں میں کچھ وقت قدرتی ماحول (پودے درخت پانی وغیرہ) میں گزارے، ایسی جگہ پر جہاں کم سے کم لوگ ہیں. ایسا کرنے سے سالک کو دوسرے کسی کی سوچ پریشان نہیں کرتی اور اسے قدرتی ماحول میں بیٹھنے کی وجہ سے اندرونی سکون ملتا ہے اور اس کے اندر کی آواز بھی واضح ہونے لگ پڑتی ہے، انسان اسے پہچاننے لگ پڑتا ہے. پہلے اپنے اندر کی آواز سننا ہوتا ہے، پھر انسان دوسروں کی اندر کی آوازیں بھی سننے لگ پڑتا ہے. ہر ہفتے ایک آدھ دن تین چار گھنٹے ایسا کرنا کافی ہوتا ہے.

عبادت وغیرہ کے بنیادی مقاصد میں یہ بات شامل ہے کہ انسان اپنے اندر کو پرسکون

کرے، ذہن کے سوچنے کی رفتار کم کرے، تاکہ اپنے اندر اور روح کی آواز سن سکے. مگر اس میں یہ بات یاد رکھیں کہ اندر کی آواز سننے میں ایک حد تک کم رفتار (یعنی سوچوں کی) ہی مناسب ہوتی ہے. ذہن اگر زیادہ رفتار سے چلے تو پھر اپنی اندر کی آواز (یعنی کشف والہلام) نہیں سن پاتا اور کشف اور اپنی دلیل (Logic) میں فرق محسوس نہیں کر سکتا. اسی طرح بہت آہستہ سوچ کی رفتار ہو تو پھر ذہن میں سرے سے کوئی سوچ ہی نہیں آتی اور انسان اندر کی آواز کا انتظار ہی کرتا رہ جاتا ہے.

ہر چیز کے اپنے فوائد ہوتے ہیں، جیسے آپ داڑھی رکھ لیں تو آپ کو ایک نمبر ملا. ہر وقت باوضو رہیں تو دو نمبر ملے. تہجد وغیرہ پڑھیں تو تین نمبر ہو گئے. ہر روز ایک آدھ نیکی کرنے کا عہد کریں تو ایک نمبر اور ہو گیا. کوئی رکاوٹ آئے تو ہر روز دو نفلوں کی منت مان لیں.

داڑھی رکھنے کے بارے میں مختلف فرقوں کی مختلف رائے ہے کچھ اسے فرض اور کچھ سنت مانتے ہیں لیکن جو اسے رکھتا ہے اس شخص کو کوئی غلط کام کرتے وقت داڑھی کا احساس ہوگا کہ مجھے یہ حرام کام نہیں کرنا چاہیے (مگر یہ بھی احساس رکھنے والوں کا کام ہے) بہر حال ایسی شرعی چیزیں آپ کا حوصلہ قائم رکھتی ہیں.

یہ بھی دھیان رکھیں کہ ورد، نفلی عبادت، سب کے اپنے فائدے ہیں، مگر کوئی چیز بھی آپ صحت کی قیمت پر نہ کریں. مثلاً اگر آپ ہر وقت باوضو نہیں رہ سکتے تو اس میں زبردستی نہ کریں.

یا آرام ضروری ہے یا صحت صحیح نہیں تو تہجد وغیرہ کچھ عرصے کے لیے چھوڑ دیں. کوئی بھی ورد یا عبادت کرتے وقت تصور کریں کہ آپ کا اندرونی نوری جسم نکل کر خانہ کعبہ کی طرف بادلوں کے اوپر سے اڑتا ہوا جا رہا ہے. پھر وہ خانہ کعبہ پہنچ کر اترتا ہے اور آپ وہاں اس کے سامنے (خانہ کعبہ کے) کھڑے ہیں اور عبادت میں مصروف ہیں. وہاں آس پاس دوسری چیزیں یا لوگوں کو دیکھنے یا محسوس کرنے کی کوشش نہ کریں ورنہ توجہ بٹی رہے گی.

بند آنکھوں کے ساتھ ورد جاری رکھیں. چند عرصہ ایسا کرنے کے بعد آپ حقیقت میں خانہ خدا پہنچ جایا کریں گے. ایسے ہی آپ کسی بھی دوسرے مقدس مقام پر آ جا سکتے ہیں.

یقین کامل اور شک وشبہہ

روحانیت کی راہ میں یقین کامل آپ کا رہنما ہوتا ہے اور شک وشبہ سب سے بڑا دشمن ہے. پیچھے یقین کامل (Faith) کے باب میں اس کی تفصیل گزر چکی ہے، آپ ادھر رجوع کیجیے.

یقین کامل اگر آپ کو مل گیا تو باقی ہر شے خود بخود آپ کے پاس آ جائے گی. یقین کامل ہر روح میں موجود ہوتا ہے، مگر چھپا ہوا ہے. اسے چھپانے والی چیز عموماً زندگی کے بارے میں منفی رویہ اور Passive Attitude ہوتا ہے.

قرآن پاک کی تعلیم میں سب سے زیادہ زور ہی یقین اور توکل اللہ (اللہ پر یقین) پر دیا گیا ہے. یہاں پر چند ایک آیتیں یقین سے متعلق بیان کی جا رہی ہیں.

سورۃ الحجرات میں لکھا ہے "اعراب کہتے ہیں کہ ہم ایمان لے آئے، آپ فرمایئے تم ایمان تو نہیں لائے البتہ یہ کہو ہم نے اطاعت اختیار کر لی ہے اور ابھی ایمان تو تمہارے دلوں میں داخل ہی نہیں ہوا" (۱۴)

یہاں پر صرف نام کے مسلمانوں اور حقیقی مسلمانوں (پکے یقین اور ایمان رکھنے والوں) کا فرق بتا دیا گیا ہے.

سورۃ التغابن میں ہے: "نہیں پہنچتی (کسی کو) کوئی مصیبت بجز اللہ کے اذن کے اور جو کوئی ایمان (یقین) لائے اللہ پر تو وہ اس کے دل کو ہدایت بخشتا ہے اور اللہ کو ہر چیز معلوم ہے." (۱۱)

شک وشبہ یقین کامل کو بالکل ختم کر دیتا ہے. شک وشبے کو ختم کرنے کے لیے اسلام میں استغفار پڑھی جاتی ہے، آپ اس کے لیے درود شریف بھی پڑھ سکتے ہیں.

سورۃ الفلق اور سورۃ الناس اس سلسلے میں مکمل ترین سورتیں ہیں. اسلام کے خانقاہی نظام میں سب سے زیادہ جو چیز مرید کو پیر سے ملتی ہے وہ یہی یقین کامل ہے. یقین کامل کے ملنے کا سب سے آسان راستہ یہی ہے، صرف مرشد خود اہل یقین ہونا چاہیے اور مرید کا اس پر پکا اعتقاد ہونا چاہیے.

پاکستان میں لوگ عموماً بڑی گدیوں والوں کے پاس جاتے ہیں. حالانکہ ان کے بڑوں کے پاس کچھ تھا، یہ چیز اولاد میں کم ہی آیا کرتی ہے کیونکہ ہر انسان کا برتن اتنا بڑا نہیں ہوتا، ہاں کوئی حوصلے والا مرید کچھ لے سکتا ہے. بڑی روحانی گدیوں پر تو آج کل عموماً یہ حال ہے بقول علامہ اقبال "زاغوں کے تسلط میں ہیں عقابوں کے نشیمن"

یقین کامل روحانیت کی راہ میں آپ کو آگے لیتا جاتا ہے اور شک وشبہ آپ کو واپس کھینچتا رہتا ہے، شک وشبے کو دل میں جگہ نہ دینے والے ہی اس میں کامیاب ہوتے ہیں. اس کی مثال دینے کے ایک قدیم یونانی دیومالائی کہانی ہے جس میں ایک یونانی دیوتا. عارفیوں کا واقعہ ہے کہ

اس کی محبوبہ کو زیر زمین (Under World کے) دیوتا اغوا کر لیتے ہیں عارفیوس اس کے پانے کے لیے بہت بھاگ دوڑ کرتا ہے۔ بے شمار دیوتاؤں کو ملنے اور بھاگ دوڑ کرنے کے بعد آخر دیوتاؤں کی کانفرنس بلائی جاتی ہے۔

اس میں فیصلہ ہوتا ہے کہ عارفیوس کو اس کی محبوبہ اس شرط پر ملے گی کہ وہ اس جگہ سے اپنے علاقے کی طرف چل پڑے، اس کی محبوبہ اس کے پیچھے چلے گی۔ اپنے علاقے میں پہنچنے کے کچھ وقت بعد وہ پیچھے مڑ کر دیکھ سکتا ہے، اس کو اس کی محبوبہ مل جائے گی لیکن اگر اس نے اس سے پہلے مڑ کر دیکھا تو وہ اسے نہیں پا سکے گا۔ عارفیوس نے یہ بات مان لی اور اپنے علاقے کی طرف چل پڑا، محبوبہ اس کے پیچھے تھی۔ راستہ تو خاصا لمبا تھا عارف پہلے تو چلتا رہا، جب چلتے چلتے کچھ وقت گزرا تو اس کے ذہن میں شک وشبہ آنے لگ پڑا کہ نا معلوم پیچھے آ بھی رہی ہے یا نہیں لیکن وہ مڑ کر نہیں دیکھ سکتا تھا۔ اس لیے خود پر قابو پا کر سیدھا چلتا رہا، جب چلتے چلتے کافی وقت ہو گیا پھر اس کو شہ وشبے نے تنگ کیا، لیکن وہ برداشت کر کے سیدھا چلتا رہا۔ جب وہ تین چوتھائی راستہ طے کر چکا تھا تو اس کے ذہن میں آیا کہ میں کیا بیوقوفوں کی طرح چلتا جا رہا ہوں، کیا معلوم وہ پیچھے ہے بھی یا اس کو کوئی درندہ یا چور ڈاکو اٹھا کر لے گیا۔ شک نے جب بہت زور کیا تو اس نے سوچا کہ اب میں اپنے علاقے کے پاس ہی ہوں، ذرا ایک نظر دیکھ تو لوں۔ مجبور ہو کر اس نے ایک ذرا نظر پیچھے ڈالی تو وہ اس کے پیچھے ہی چلتی آ رہی تھی۔ مگر دیوتاؤں کا نگران کیوپڈ عارفیوس پر نظر رکھے ہوئے تھا کہ وہ شرط پوری کرتا ہے یا نہیں۔ عارفیوس نے جوں ہی مڑ کر دیکھا اس کی نظر اپنی محبوبہ پر پڑی، مگر کیوپڈ نے اس کو اسی وقت ہوا میں اٹھا لیا اور واپس زیر زمین دیوتاؤں کے پاس چھوڑ آیا۔

اس کہانی میں سبق یہ ہے کہ یقین کامل پیچھے نہ مڑ کر دیکھنے کا نام ہے، روحانیت کے سفر میں ایسے ہی ہونا چاہیے۔ جب تک آپ بہت سا سفر طے نہیں کر لیتے شک واشبہ اسی طرح آپ کو پکڑ سکتا ہے۔

آپ اگر کسی روحانی کام میں مصروف ہیں جیسے کسی کا روحانی علاج کرنا تو جہاں آپ کے ذہن میں آیا کہ کیا واقعی یہ علاج ہو سکتا ہے، کیا مجھ میں یہ طاقت موجود ہے یا نہیں۔ یہ ذہن میں آتے ہی آپ کی طاقت ختم ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اور اگر چند بار ایسا ہوتا رہے تو پھر یہ شک مضبوط ہو جاتا ہے اور پھر آپ سب کچھ کھونے لگ پڑتے ہیں۔

کسی بھی صلاحیت کے بارے میں اگر یہ ذہن میں آنا شروع ہو جائے کہ کیا یہ واقعی ہو سکتا ہے، کیا یہ ممکن ہے، یہ کیسے ممکن ہو سکتا ہے، اسکی کوئی منطقی دلیل Logical reason نظر نہیں آ رہی، یہ سب چیزیں شک وشبہات کہلاتی ہیں جن سے آپ کی طاقت ختم ہونے لگ پڑتی ہے۔ جوں جوں اس منفی خیال کو اپنی سوچ کی طاقت دیتے ہیں، ہماری صلاحیت ختم ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ آپ جو کچھ بھی سیکھنا چاہتے یا کر رہے ہیں اس پر پکا اعتقاد رکھیں کہ یہ ممکن ہے ورنہ آپ اسے پا سکیں گے۔

اسلام کی روحانیت میں ایسے خاصے واقعات موجود ہیں جن میں اولیائے اللہ کو ان کا نفس اور شیطان تک دکھا دیا گیا تھا، اس میں غوث پاک کا واقعہ بھی موجود ہے۔ یہ ان لوگوں کے ساتھ ہوا جو کہ بڑے مضبوط یقین کے مالک تھے اور ان سب چیزوں کو دکھا کر اللہ انہیں مزید اونچے درجوں کی طرف لے جا رہا تھا۔ یہ سب چیزیں ان کا شک وشبہ سرے سے ختم کرنے میں مددگار ہوتی تھیں۔ یہ چیزیں وہی دیکھ پاتے ہیں جو ان چیزوں پر یقین رکھتے ہیں۔

اسی طرح حضرت امیر معاویہؓ کا بھی ایک واقعہ ہے جس میں انہیں نماز قضا ہونے کے ڈر سے خود شیطان نے جسمی صورت میں آ کر جگا دیا تھا۔

آنکھوں سے دیکھ لینے کے بعد ہی یقین یقین کامل تک جایا کرتا ہے۔

یہ پیران کلیسا و حرم اے وائے مجبوری
صلہ ان کی کدو کاوش کا ہے سینوں کی بے نوری
یقیں پیدا کر اے ناداں یقین سے ہاتھ آتی ہے
وہ درویشی جس کے سامنے جھکتی ہے فغفوری

میں روحانیت میں ایک کام کی بات آپ کو بتاتا ہوں کہ اگر آپ اللہ سے ایک دعا مانگنا چاہتے ہیں اور آپ کو توقع ہوتی ہے کہ یہ قبول ہو گی تو اللہ سے یقین کامل مانگ لیں۔ کسی نیک بزرگ سے بھی دعا کرواتے ہیں تو یہی دعا کروائیں کہ اللہ آپ کو یقین کامل سے نوازے یا توکل اللہ سے۔

''اگر یہی دعا قبول ہو گئی تو پھر آپ کو کسی زندگی بھر دعا منگوانے کی ضرورت ہی نہیں ہے، پھر آپ کی اپنی ہی سب دعائیں قبول ہوا کریں گی'' بلکہ ایک حد تک پہنچنے کے بعد دعا مانگنے کی ضرورت ہی نہیں رہتی، اللہ بغیر مانگے ہی سب کچھ دیتا رہتا ہے۔ یہ ایک دعا قبول ہونے کے بعد

آپ کی حالت ایسے ہی ہوگی جیسے ہمارے ہاں قصے کہانیوں میں بوتل اور جن کا واقعہ ہے جس میں کسی لڑکے کو دریا کے کنارے ایک بوتل ملتی ہے وہ اسے کھولتا ہے تو اس میں سے جن نکلتا ہے جو لڑکے کا بہت شکرگزار ہوتا ہے کہ اس نے اسے رہائی دلائی جبکہ وہ وہاں پانچ ہزار سال سے قید تھا. وہ لڑکے کو کہتا ہے کہ تم کوئی تین خواہشیں بتاؤ، میں وہ پوری کروں گا. وہ لڑکا اسے دو خواہشیں بتاتا ہے. جن انہیں پوری کر دیتا ہے. تیسری خواہش لڑکے کی یہ تھی کہ اس کی تین خواہشیں اور پوری کی جائیں. جن اپنے وعدے سے مجبور تھا، اس نے مان لیا. اب لڑکا ہر دفعہ دو خواہشوں کے بعد تیسری خواہش یہی کرتا تھا کہ تین خواہشیں اور پوری کی جائیں. جن اپنے وعدے سے مجبور تھا، اس نے مان لیا. اب لڑکا ہر دفعہ دو خواہشوں کے بعد تیسری خواہش یہی کرتا تھا کہ تین خواہشیں اور اس طرح وہ جن سے ہمیشہ کام لیتا رہا. یقین کامل ایک ایسا جن ہے کہ اگر آپ کے پاس آ گیا تو ہر خواہش خود بخود پوری ہوتی رہے گی. آپ کی دعا کی قبولیت میں یقین ہی اصل چیز ہے.

رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ دعا کرتے وقت یہ یقین ہونا چاہئے کہ دعا قبول ہوگی، پھر دعا قبول ہو جاتی ہے (میرے اپنے خیال میں یہی دعا قبول ہونے کی سب سے لازمی شرط ہوتی ہے).

آپ ﷺ کا یہ بھی فرمان ہے "میری امت کے علماء بنی اسرائیل کے انبیاء کے مانند ہیں" (جو مردے تک زندہ کیا کرتے تھے. یہاں یہ بات بھی قابل غور ہے کہ یہودی ہر راستہ دکھانے والے عالم کو نبی کہتے تھے، ان کے باقاعدہ پیغمبری سکھانے کے سکول ہوا کرتے تھے. اسی لیے قرآن میں بڑے بڑے انبیاء کا خصوصاً ذکر کیا گیا).

ہم انہیں ہی انبیاء مانتے ہیں جن کا قرآن میں ذکر ہے.

حالانکہ قرآن میں لکھا ہوا ہے کہ میں نے ہر قوم میں پیغمبر بھیجے.

اس کا مطلب ہے چین، انڈیا، یورپ، امریکہ وغیرہ ہر جگہ پر پیغمبر آئے تھے. آج کل دنیا میں اسلام کے سوا سب مذاہب سے لوگ دور ہٹتے جا رہے ہیں حالانکہ بنیادی پیغام سب کا ایک ہے. مگر سب میں کچھ نہ کچھ کمیاں موجود ہیں، اسلام ہی ایک مکمل اور زندگی کے ہر پہلو میں رہنمائی کرنے والا مذہب ہے. مستقبل میں یہی ایک اہم مذہب رہ جائے گا. اگر کسی دوسرے مذہب یا کوئی لامذہب بھی اچھا انسان ہے تو اللہ اس کو اس کے اچھے کاموں کا بدلہ ضرور دے گا. لیکن وہ شخص اپنے پیغام کو آگے نہیں بڑھا سکتا. اسے کسی نہ کسی گروپ میں شامل ہونا پڑتا ہے. ہم سب کے لیے بھی لازمی ہے کہ اپنے مذہب سے صحیح طریقے سے وابستہ رہیں.

علامہ صاحب کا ایک شعر ہے.

فرد قائم ربط ملت سے ہے تنہا کچھ نہیں
موج ہے دریا میں اور بیرون دریا کچھ نہیں

مذہب کے سب اصول اینٹوں کی دیوار کی طرح ایک دوسرے سے پیوستہ ہوتے ہیں. انسان کو چاہیے کہ اس پر پورا عمل کرے، ورنہ پہلے ایک چیز کو چھوڑے پھر دوسری کو تو آہستہ آہستہ وہ سب کچھ چھوڑ جاتا ہے.



باب نمبر ۳

منفی عادات

شک وشبہہ

زندگی میں ہر قسم کی دنیاوی اور روحانی کامیابی کی بنیاد اور وجہ یقین کامل (Faith) ہے اور Faith کو تباہ کرنے والی چیز اور اس کا سب سے بڑا دشمن شک وشبہہ ہے. پیچھے یقین کامل کے باب میں قرآن حکیم سے مثال دی گئی ہے کہ الم سے شروع اور سورۃ الناس پر ختم، دونوں میں شک سے بچنے کو کہا گیا ہے.

شک کو شیطان کا سب سے بڑا ہتھیار کہا گیا ہے.

بقراط کا کہنا ہے کہ جس دروازے سے شک اندر آتا ہے محبت اور اعتماد اس دروازے سے باہر نکل جاتے ہیں. شک وشبے سے لڑنے سے ہی Faith بڑھتی ہے. شک وشبہہ ہمیشہ انسان کے ساتھ رہتا ہے مگر اس کا حملہ خصوصاً اس وقت ہوتا ہے. جب آپ کم انرجی میں، تھکے ہوئے یا گھبرائے ہوئے ہوتے ہیں. جب آپ کو زندگی میں کچھ رکاوٹوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو اگر آپ کم حوصلہ ہیں تو گھبرا جائیں گے اور اس وقت آپ کا یقین بھی نچلے درجوں کی طرف آنے لگ پڑے گا.

جب انسان کامیابیاں حاصل کر رہا ہوتا ہے تو پھر اس کا یقین بڑھتا جاتا ہے.

اور جب ناکامیاں ہوتی ہیں چاہے وہ وقتی ہی ہوں تو شک وشبہہ پیدا ہوتا ہے اور یقین کا درجہ کم ہو جاتا ہے. دراصل کچھ رکاوٹوں اور کم انرجی کے وقت ہی کسی کو پاس نہ آنے دینے سے ہی یقین یقین کامل میں تبدیل ہوتا ہے. روحانی معاملوں میں اس کا اثر فوری اور بہت رفتار سے ہوتا ہے. اس کی ایک ذاتی مثال میں آپ کو دیتا ہوں.

۱۹۸۶ء میں مجھے معلوم ہوا کہ میں روحانی علاج کر سکتا ہوں. اس میں آپ کسی دوائی کے بغیر جسم کی انرجی سے دوسرے بیمار انسان کو صحیح کرتے ہیں. آسانی کے لیے آپ یہ سمجھ لیں کہ یہ دم کی ایک قسم ہے. آپ کا بھی کہیں نہ کہیں دم کرنے والے سے سامنا ہوا ہوگا یا اس کے بارے میں سنا ضرور ہوگا. اس وقت میں ایمسٹرڈیم ایسٹ میں رہتا تھا، کچھ عرصہ کے بعد اس میں ایسے

مہارت ہوگئی کہ ہر طرح کی بیماریوں کے مریض آتے تھے اور بہت بڑی تعداد صحت یاب ہو جاتی تھی، یہ میں بظاہر لا علاج اور ڈاکٹروں اور دوائیوں سے مایوس مریضوں کی بات کر رہا ہوں۔اس دوران میں ۳ ماہ کا وقفہ ایسا بھی آیا کہ کوئی ایک مریض بھی ایسا نہیں تھا جو صحت یاب نہ ہوا ہو یا کم از کم اس کو بڑا افاقہ نہ ہوا ہو۔اس وقت روزانہ کئی مریض آتے تھے۔

لیکن پھر صحت یاب ہونے والوں کی Percentage میں کمی ہوگئی۔ میں اس وقت ان چیزوں کو اتنا نہیں سمجھتا تھا کہ وجہ کیا ہے۔اسی دوران پاکستان جانے کا اتفاق ہوا، وہاں اپنے چھوٹے بھائی کیپٹن خالد کے گہرے دوست کیپٹن یوسف سے ملنے سیالکوٹ گیا۔ یوسف کی یونٹ کے ایک کیپٹن صاحب کے والد کو فالج کا حملہ ہوا تھا، کیپٹن نے مجھے ان کا علاج کرنے کو کہا۔اس طریقہ علاج میں جسم سے تین چار انچ کے فاصلے پر ہاتھ رکھ کر مریض کو انرجی دیتے ہیں (آگے روحانی علاج کے باب میں اس کی پوری تفصیل موجود ہے)

اس کے والد صاحب کوئی ۷۰ سال کے قریب ہوں گے، باریش اور مضبوط جسم کے مالک تھے مگر فالج کی وجہ سے بایاں پہلو کام نہیں کر رہا تھا۔ میں نے ان کے سر کے قریب اپنا ہاتھ رکھ کر انکو انرجی دینے کی کوشش کی عموماً ہر مریض کو اس صورت میں کچھ ردعمل Reaction محسوس ہوتا تھا اور بیمار عضو میں گرمی یا لہریں سی محسوس ہوتی تھیں۔ان بزرگوار کو کچھ محسوس نہیں ہو رہا تھا اس لیے میرا خیال تھا کہ ان کو افاقہ نہ ہوگا۔ جب میں تقریباً پانچ منٹ انرجی دے کر فارغ ہوا اور واپس اپنے صوفے پر آ کر بیٹھ گیا، تو وہ بزرگ اچانک مجھ سے مخاطب ہوئے کہنے لگے۔

''آپ کو یہ طاقت مل گئی ہے۔یہ مشکل سے ہی ملتی ہے، آپ کو آسانی سے مل گئی تھی اور پھر بڑی رفتار سے بڑھی تھی، لیکن اب یہ طاقت کم ہونے لگ پڑی ہے کیونکہ آپ کے ذہن میں شک آ گیا ہے۔''

میں یہ سن کر کیپٹن کی طرح دیکھنے لگ پڑا کیونکہ ان کی بات صحیح تھی لیکن ان کو کیسے پتہ چلا؟ کیونکہ کسی کو بھی یہ معلوم نہ تھا کہ علاج کی طاقت ان دنوں کچھ کم ہے۔

بزرگوار کی بات صحیح تھی، میری طاقت کی کمی کی وجہ شک تھا۔یہ مجھے سمجھ نہیں آ رہا تھا اور نہ مجھے شک کی اہمیت کا پتہ تھا، دو تین سال کے بعد جب میں اسلام کی روحانیت کی طرف آیا اور دوسرے مذہبوں کے روحانیت والوں سے ملنے کا اتفاق ہوا تو پھر معلوم ہوا کہ بزرگوار کی بات

۱۰۰ فیصد صحیح تھی۔حالانکہ اس وقت میں پامسٹری میں خاصی مہارت حاصل کر چکا تھا اور ہالینڈ میں پیشہ ورانہ یہ کام کر رہا تھا۔

کسی بھی روحانی کام (یہاں میں لفظ روحانی کام کہہ رہا ہوں، لیکن قسمت دیکھنا علاج کرنا روحانیت سے نچلی چیزیں ہیں، لیکن لوگوں کو سمجھنے میں آسانی کے لیے یہی لفظ بہتر ہے) کے لیے یقین Faith ہی سب سے بڑا مددگار ہے اور شک وشبہ ناکامی کی بڑی وجہ ہے۔اگر قسمت دیکھنے والے کو پورا یقین ہوگا کہ اس کی بات صحیح ہوگی تو وہ بات صحیح ثابت ہوگی اور اگر اس کو شک وشبہ ہے تو پھر وہ غلط ہی جواب دے گا۔ان سب چیزوں کی تفصیل آگے قسمت دیکھنے کے طریقوں کے باب میں دی گئی ہے۔

اسی سلسلے میں میرے ایک دوست نے اپنا تجربہ بتایا۔لاہور کینٹ میں میرا ایک دوست تھا سائیں اس کا نام تھا، وہ بھی چلے وغیرہ کرتا رہا تھا۔یہ ۱۹۹۳ء کی بات ہوگی۔ایک دن وہ کہنے لگا کہ میں صدر میں بس سٹاپ پر کھڑا تھا، وہاں پاس ہی ایک داڑھی والا بوڑھا سا آدمی دو تین نوجوانوں کے ساتھ کھڑا تھا۔وہ ان سے کہنے لگا کہ جس چیز کو میں نظر لگاؤں وہ فوراً تباہ ہو جاتی ہے۔یہ سامنے جو گھوڑا کھڑا ہے تانگے کے ساتھ، اگر میں نظر لگاؤں تو یہ سامنے والا چوک بھی پار نہیں کر پائے گا۔سائیں کہنے لگا کہ جب میں نے یہ سنا تو مجھے معلوم ہو گیا کہ وہ صحیح کہہ رہا ہے کیونکہ لہجے سے سچائی کا اندازہ ہو جاتا ہے۔میں نے اس سے کہا کہ تم نظر لگاؤ اس کے بعد تم خود سڑک پار نہیں کر پاؤ گے۔یہ میں نے پورے جوش سے کہا بوڑھے سے پھر زیادہ بات نہ ہوئی کہ بس آ گئی تھی۔چند دنوں کے بعد بوڑھا اتفاقاً سائیں کو پھر ملا تو سائیں کو کہنے لگا کہ میری وہ نظر کی طاقت ہی ختم ہوگئی ہے، کیا وجہ ہے، یہ واقعہ سن کر میں نے بھی سائیں سے کہا کہ تم کیوں بولے تھے تو وہ کہنے لگا'' مجھے وہ بوڑھا خطرناک آدمی لگا تھا اور میں اس لیے بولا تھا کہ اس کے دل میں شک ڈال دوں اور میں اس میں کامیاب ہو گیا''۔

نا معلوم وہ بوڑھا سچ کہہ رہا تھا یا نہیں لیکن میں سائیں کو اچھی طرح جانتا تھا، وہ جھوٹ نہیں بولتا تھا نہ وہ کوئی تعویذ گنڈے کا کام کرتا تھا۔وہ ایک فوجی تھا اور CMH ملٹری ہسپتال میں بہت محنت اور دیانتداری سے کام کرتا تھا۔اپنی ڈیوٹی جو کہ گاڑیاں ٹھیک کرنے کی تھی کرنے کے بعد سارا دن مفت واقفوں کی گاڑیاں صحیح کرنے ان کے نیچے گھسا رہتا تھا۔اتنی محنت کرنے والا جھوٹا نہیں ہوتا، پھر وہ تو سارا دن چند ایک باتیں کرتا تھا اور نہ خاموش کام میں لگا رہتا تھا۔

ایمسٹرڈیم میں میرا ایک بڑا اچھا اور پرانا دوست تھا Bert میں اسے Bert لمبا کہتا تھا جس کی وجہ اس کا تقریباً ساڑھے چھ فٹ قد تھا. وہ لمبا ہونے کے باوجود خاصا ذہین تھا. یہ بھی ۱۹۹۴ء کی بات ہے، میں اسے ۷، ۸ سال سے جانتا تھا، ہم اکثر اکٹھے کیفے اور باروں میں جایا کرتے تھے. برٹ کو بھی قسمت معلوم کرنے اور بتانے کا شوق تھا، وہ ایک ماہر ہپناٹسٹ سے ہپناٹیزم بھی سیکھ چکا تھا، وہ Tarot Cards (قسمت دیکھنے والی تاش) سیکھتا رہا اور اس میں کافی مہارت حاصل کر لی. وہ اکثر مجھ سے اپنے حالات بھی پوچھتا رہتا تھا جو کہ میں کبھی پامسٹری کی مدد سے اور کبھی علم رمل کی مدد سے اسے بتایا کرتا تھا. پچھلے ۳، ۴ سال میں میری کافی پیش گوئیاں پوری ہو چکی تھیں اس لیے اسے میری صلاحیت پر اعتبار تھا.

میں اسے اکثر اپنے کارڈوں سے چیزیں معلوم کرتے دیکھتا رہتا تھا، تاش کی پتوں سے قسمت دیکھنے میں اس وقت مجھے مہارت نہیں تھی گو میں بھی کچھ نہ کچھ ان سے معلوم کر لیتا تھا. میں نے تجسس کی خاطر پانچ چھ بار اس سے کارڈ نکلوائے تو مجھے اندازہ ہوا کہ وہ اس میں بڑا ماہر ہو چکا تھا. مجھے اس نے صحیح باتیں بتائیں تھیں. وہ تقریباً ہر روز بار یا کیفے وغیرہ جانے سے پہلے اپنے تاش نکال کر دیکھتا تھا کہ شام کیسی رہے گی، کیونکہ وہ اکیلا تھا اور ''شکار'' کی تلاش میں رہتا تھا اور اس میں خاصا کامیاب بھی رہتا تھا. میں نے ایک دن اس سے پوچھا کہ تم جو روز ٹیرٹ کارڈ سے اپنی شام کے حالات پوچھتے ہو، کس حد تک کارڈ تمہارے حالات صحیح بتاتے ہیں. برٹ کہنے لگا ''۱۰۰ فیصد، میں نے کہا ''یہ ممکن ہی نہیں ہے، زیادہ سے زیادہ ۹۰ فیصد تک صحیح ہو سکتے ہیں'' لیکن برٹ بضد تھا کہ ۱۰۰ فیصد نتیجہ صحیح ہوتا ہے اور وہ یہ پچھلے تین چار ماہ سے کر رہا ہے.

ڈچ لوگ کم ہی جھوٹ بولتے ہیں میں اس وقت پامسٹری رمل اور ہیلنگ میں ماہر تھا، اس کے علاوہ ٹیرٹ کارڈ، چائے کی پتی سے قسمت دیکھنا، ہپناٹیزم، روحوں کا بلانا، پینڈولم سے چیزیں معلوم کرنا، ان سب میں کچھ نہ کچھ تجربہ حاصل تھا. یہ چیزیں میں ۱۹۸۰ء سے کر رہا تھا اس لیے مجھے معلوم تھا کہ ٹھیک نتائج ۹۰ فیصد سے اوپر نہیں ہو سکتے. پھر دو تین ماہ کے بعد میں نے دوبارہ برٹ سے یہی سوال کیا کہ اب تمہارے ٹیرٹ کارڈ کس حد تک صحیح بتا رہے ہیں. تو وہ کہنے لگا کہ اب بالکل غلط بتاتے ہیں اور میں نے ان کو دیکھنا ہی چھوڑ دیا ہے.

میں یہ سن کر بہت حیران ہوا، مجھے اندازہ تھا کہ اس کی مہارت کم ہو جائے گی لیکن یہ میرے گمان میں نہیں تھا کہ وہ بالکل صفر ہو جائے گا. حالانکہ اس کی مہارت کا میں خود کئی بار تجربہ کر چکا تھا.

پھر میں نے برٹ کو بتایا کہ پہلے تمہیں اندھا اعتماد تھا اس سے نتیجہ صحیح ہوتا تھا پھر تمہارے ذہن میں شک آ گیا جس کی وجہ سے نتیجہ صفر ہو کر رہ گیا. میرے حوصلہ دلانے پر تھوڑے عرصے کے بعد وہ پھر کارڈ دیکھنے لگ پڑا لیکن نتیجہ پہلے کی طرح نہ تھا.

اس کی وجہ کیا تھی صرف شک، شک اس کے ذہن میں آیا مہارت کم ہو گئی، مزید غلطیاں ہوئیں تو شک اندر بیٹھ گیا کہ کارڈز غلط بتانے لگے جس کا نتیجہ صلاحیت صفر ہو جانے کی صورت میں نکلا. شروع شروع کا یقین بے حساب طاقتور ہوتا ہے، لیکن اگر انسان یقین اور شک کرنے کے اصول سے واقف نہ ہو تو جب یقین ٹوٹے تو پھر بالکل ختم ہو جاتا ہے.

اس لیے بے وقوف آدمی کو اگر یقین کامل مل بھی جائے تو وہ اس کی سمجھ نہ ہونے کی وجہ سے اسے کھو سکتا ہے، عقل مند اور علم والا اس کو بچا لیتا ہے. عام عملی زندگی میں بھی شک وشبہ آپ کے اندرونی یقین کا نقصان کرتا ہے لیکن یہ آپ کے یقین کو تباہ نہیں کرتا، انسان تھوڑے وقت میں پھر پہلے والی جگہ پر چلا جاتا، ہے مگر روحانی معاملوں میں یہ تباہی مچا دیتا ہے. عملی زندگی میں اگر آپ کا کاروبار ہے تو شک وشبہ آنے کی صورت میں آپ لاشعوری طور پر غلط فیصلہ کریں گے لیکن پھر تھوڑے دنوں میں پھر آپ واپس پرانی اور صحیح راہ پر آ جائیں گے. کیونکہ برسوں کامیابی حاصل کرنے کی وجہ سے یقین آپ کے اندر بیٹھ چکا ہے، یہ اب نکلتے نکلتے بھی برسوں لگائے گا، لیکن روحانیت میں معاملہ اور ہوتا ہے. روحانی معاملوں میں جب انسان کچھ وقت لگا کر پختہ ہو جاتا ہے. تو پھر شک زیادہ وقت نہیں ٹھہرتا اور انسان پھر پہلے والی کیفیت میں چلا جاتا ہے. نیا روحانی شک کی وجہ سے بہت جھٹکے کھاتا ہے خصوصاً اگر اسے اوپر بتایا گیا اصول معلوم نہ ہو اور اس کا اصول یہ ہے کہ یقین کامل ایک بار آ جائے تو پھر وقتی جھٹکے تو لگ سکتے ہیں مگر یہ مستقل طور پر نہیں جایا کرتا، یہ پھر واپس آ جایا کرتا ہے. یہ بات پلے باندھ لیں کہ شک وشبہ روحانیت کے لیے بے انتہا خطرناک ہے.

علامہ اقبالؒ اسی بارے میں فرماتے ہیں ۔

حیات کیا ہے خیال و فکر کی مجذوبی
خودی کی موت ہے اندیشہ ہائے گوناگوں

شک کی بہت سی قسمیں اور بہت سے درجے ہیں. مثلاً کچھ لوگوں کے روحانیت میں شک میں بنیادی چیز یہ ہوتی ہے کہ آپ اپنی کسی بھی روحانی صلاحیت کا سوچنے لگ پڑتے ہیں کہ کیا یہ

واقعی موجود ہے کیا ایسا ہونا ممکن ہے، جب ایسا ہو تو آپ کی صلاحیت کمزور ہونے لگ پڑتی ہے۔ روحانیت میں شک کا عجیب عمل دخل ہے، بہت سے لوگ شکی مزاج ہوتے ہیں، وہ اگر کوئی چیز کچھ عرصہ نہ کریں تو ان کا یقین ڈانواں ڈول ہونے لگ پڑتا ہے۔ مثلاً اگر کوئی شخص سر درد کا علاج دم سے کرتا ہے اور اگر وہ کچھ عرصہ اس کی پریکٹس نہ کرے تو اس کا یقین کمزور ہونا شروع ہو جاتا ہے، اس کے دل میں شک آ جاتا ہے کہ آیا اب بھی اس میں یہ صلاحیت باقی رہی ہے یا نہیں اور اگر اس تجربے میں ایک یا دو بار ناکامی ہو گئی تو یقین کمزور ہو جائے گا اور صلاحیت بھی ختم ہونے لگ پڑے گی۔

دراصل دو تین بار کوئی بھی نیا کام کر کے ہمیں یہ یقین ہو جانا چاہئے کہ ہم یہ کام کر سکتے ہیں۔ کیونکہ شک کرنے والے بڑے عرصے کے بعد اس یقین پر آئیں گے، وہ کم از کم دس بارہ دفعہ یہ کام کریں گے پھر ان کا یقین پکا ہو گا اور دنیا میں کسی چیز کا نتیجہ بھی سو فیصد نہیں ملتا، اگر انہیں اس دس بارہ دفعہ میں ایک دفعہ بھی ناکامی ہو گئی تو ان کو پھر نئے سرے سے یہ کام شروع کرنا پڑے گا۔ پھر بھی تھوڑے تھوڑے عرصے کے بعد یہ اپنا شک نکالتے رہیں گے اور پھر یہ بھی ہوتا ہے کہ شکی آدمی ڈرتا ہی رہتا ہے اور جس چیز سے ڈرو وہی ہوتی ہے۔ روحانیت میں تو ہر چیز ان دیکھی ہے، اس میں ڈر تو قاتل ہے۔

اگر آپ کسی سپیرے سے بین بجا کر سانپ پکڑنا سیکھیں۔ بین بجا کر سانپ پکڑنا بھی دراصل ہپناٹیزم کی ایک قسم ہے۔ آپ سانپ بین کے ساتھ پکڑنا سیکھ سکتے ہیں لیکن اگر آپ شک کریں گے تو آپ یہ نہ سیکھ سکیں گے۔ چاہے سارا دن سانپ کے بل کے آگے بین بجاتے رہیں یا بھینس کے آگے بجائیں بات ایک ہی ہے کیونکہ آپ کو شک ہے۔

مغرب میں بہت سے لوگ آٹو میٹک رائٹنگ (Automatic Writing) کرتے ہیں۔ اس کا اصول یہ ہے کہ آپ نے ایک کاغذ سامنے رکھ کر پین لے کر کاغذ پر رکھ کر چپ چاپ Relaxe ہو کر بیٹھ جانا ہے، تھوڑی دیر کے بعد آپ کا ہاتھ خود بخود لکھنا شروع ہو جائے گا۔ کچھ پریکٹس کے بعد یہ آپ کے حالیہ واقعات و حالات دوسروں کے بارے میں بھی بلکہ مستقبل میں ہونے والی باتیں بھی بتانا شروع کر دیگا۔ میں آٹھ دس ایسے لوگوں سے مل چکا ہوں جو اس کے ماہر تھے، ان میں اکثریت یہ سمجھتی تھی کہ ان کے ہاتھ میں کسی مرے ہوئے کی روح لکھتی ہے۔ بہر حال ان کے جوابات اور باتیں کافی حد تک صحیح ہوتی تھیں۔ لیکن اگر آپ یہ سیکھنا چاہیں اور آپ

اس پر شک کریں تو آپ اس کو سیکھ نہیں پائیں گے۔ دراصل یہ آپ کے لاشعور کا کام ہوتا ہے، کوئی روح وغیرہ نہیں آتی ہے۔

روحانیت کے سفر میں ایک نہ ختم ہونے والی لڑائی ہے جو آپ کو شک کے خلاف ہر وقت لڑنی پڑتی ہے۔

لیکن اگر آپ اوپر بیان کردہ اصول یعنی یقین کامل اور شک وشبہ کے تعلق سے واقف ہیں تو شک آپ کا خاص نقصان نہیں کرتا، بلکہ ہر دفعہ جب انسان اس کا شکار ہوتا ہے تو پھر تھوڑے وقت میں واپسی ہونے کے بعد انسان پہلے کی نسبت زیادہ ترقی کرتا ہے۔

شک وشبہ جب بھی آئے یہ چیز یاد رکھیں کہ یہ مواقع سب پر آتے ہیں۔ آپ میں جتنی بھی صفات آ چکی ہیں وہ سب روح کی عام صفات ہیں جس کا سب انبیائے کرام بھی مظاہرہ کر اور بتا چکے ہیں۔ یہ صلاحیتیں آپ کے اندر ہی موجود رہیں گی، یہ کہیں نہیں جا سکتیں روحانیت میں شک وشبہ آنے کی صورت میں یہ بات یاد رکھیں کہ جو کامیابیاں اور ترقی آپ کو ماضی میں مل چکی ہیں وہ آپ کی روح کی معمولی صفات ہیں اور اگر ان میں ایک دو بار ناکامی بھی ہو جاتی ہے تو اس کی مختلف وقتی وجوہات ہوتی ہیں۔ مستقبل میں آپ کو یہ چیزیں واپس بھی ملیں گی، بلکہ ساتھ اور بھی بڑی ترقیاں اور کامیابیاں ملیں گی۔

کسی بھی نئی چیز (خصوصاً روحانیت کے) سیکھتے وقت اگر انسان کو اس سچائی پر (نظریہ کی سچائی پر) یقین نہ ہو تو اس کے ذہن میں شک وشبہ رہ جاتا ہے جو طالب علم کے لیے قاتل ہوتا ہے۔ اگر اس چیز کو صحیح تشریح کی جائے اور طالب علم کو اس کی سمجھ آ جائے اور سمجھ آنے کی وجہ سے نظریے پر بھی یقین آ جائے تو پھر وہ نئی چیز سیکھنی آسان ہو جاتی ہے۔

اسی طرح مختلف مذاہب کے جاننے والے بھی اکثر اسی شک وشبہے کا شکار ہوتے ہیں، وہ اس مذہب کو اندر سے نہیں مان رہے ہوتے۔ لیکن جو اندر سے جاننے والے ہیں وہی اصلی مذہبی ہوتے ہیں۔ پھر دوسروں کو بھی جو یہ چیز بتاتے ہیں وہ آزمودہ ہوتی ہے، آواز اندر سے (دل سے) نکلتی ہے اور دل تک جاتی ہے، ایسے اندر سے مذہب کی سچائی پر یقین کرنے والے جس کو بھی دعوت دیں اس پر اثر ہوتا ہے۔ جو بھی نئی چیز سیکھیں آپ کو اس کے نظریے کی سچائی پر یقین ہونا چاہئے، پھر شک وشبہ اس کے سیکھنے میں رکاوٹ نہیں بنتا اور انسان اسے بڑا جلدی سیکھ جاتا ہے۔

کچھ ایسے کائیاں لوگ ہوتے ہیں جو کہ اپنے دشمنوں (خصوصاً نظریاتی اور مذہبی) کے دل

میں ان کے غلط ہونے کا وہم ڈال دیتے ہیں، پھر دوسرے خود ہی کمزور ہوتے چلے جاتے ہیں.

برٹرینڈ رسل نے کہا ہے "مارنا ہے تو جڑ مارو، شاخیں خود بخود گر جائیں گی۔"

لالچ

ہمارے یہاں ایک کہاوت ہے "لالچ بری بلا ہے"

اس کہاوت میں بڑی سچائی ہے، کوئی کہاوت بھی اسی وقت تک زندہ رہتی ہے جب اس میں سچائی ہوتی ہے ورنہ پھر لوگ اسے کہنا ختم کر دیتے ہیں. روحانیت میں اس کو ختم کرنے پر بڑا زور دیا گیا ہے. مہاتما بدھ کے الفاظ ہیں کہ "جب نفرت لالچ اور کینہ کی آگ بجھ جاتی ہے تو انسان کو نروان (دائمی سکون) مل جاتا ہے" لالچ کی کوئی حد نہیں ہوتی. انسان لالچ کے چکر سے کم ہی بچ سکتا ہے. لالچ مختلف قسم کا ہوتا ہے. کسی کو روپے پیسے کا لالچ ہوتا ہے، کسی کو طاقت وعہدے کا، کسی کو تعریف سننے کا، کسی کو جنس مخالف کا، کسی کو لوگوں کی توجہ ملنے کا.

دنیا میں تقریباً ہر آدمی میں کسی قسم کا لالچ موجود ہوتا ہے. گو مادی دنیا میں آپ کو ہر چیز کی ایک نہ ایک حد تک ضرورت ہوتی ہے. لیکن ضرورت کی بھی ایک حد ہے، اس کے بعد سب چیزیں لالچ میں آ جاتی ہیں.

ایک دلچسپ محاورا ہے کہ جب تک لالچ زندہ ہے ٹھگوں کو کوئی فکر نہیں.

اسلام میانہ روی کا مذہب ہے. آپ کو اس دنیا میں رہنا ہے، تیاگ دنیا کی اجازت نہیں ہے ہر چیز آپ کو ضرورت ہے لیکن طمع کسی چیز میں مت کریں. روحانیت میں بڑا خطرہ لوگوں کی تعریف وتقریم سننے کا ہوتا ہے، یہ بھی ایک لالچ ہوتا ہے. جب آپ کو کوئی مادی چیز ملتی ہے تو یا تو انسان کو اس کے کھو دینے کا خوف رہتا ہے اس کا لالچ بڑھ جاتا ہے کہ یہ مزید ملے، اس لیے دوسرے مذاہب کے روحانیت والوں نے اس کی جڑ ہی کاٹ دی کہ کچھ پاس مت رکھو، کوئی خواہش بھی نہ رکھو. تا کہ انسان ان لالچوں سے آزاد رہے. سالک کو چاہئے کہ کسی چیز سے اتنا پیار بھی نہ کرے کہ اس کے کھونے کا افسوس ہو. جب بھی کسی چیز کا لالچ ہوتا ہے تو اگر وہ مل جائے تو کسی وجہ سے اسے کھونے کا ڈر رہتا ہے اور جس چیز سے ڈر وہ ہی ہوتی ہے.

پھر کسی بھی چیز کا لگاتار سوچنے میں انسان کی توانائی (ذہنی اور روحانی) صرف ہوتی ہے، اس توانائی کو بچا کر اپنے صحیح مقصد میں لگانا چاہئے. روحانیت والوں نے اسی وجہ سے لالچ سے

ہر حال میں بچنے کو کہا ہے. اسی کی وجہ سے لوگ دوسروں کا حق مارتے ہیں، ناجائز کام اور دھندے کرتے ہیں. اگر یہ نہ ہو تو انسان پرسکون اور مطمئن رہتا ہے. حدیث پاک ہے کہ دنیا کی محبت تمام برائیوں کی جڑ ہے. دوسری میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "جاہل سخی اللہ کو عابد بخیل سے زیادہ پسند ہے"

دنیا میں جتنی بھی چور بازاری، جرم، جھوٹ وفریب ہیں ان سب کی بنیادی وجہ لالچ ہی ہے کہ انسان اپنے جائز حق سے زیادہ چاہتا ہے. نفسیات دان زیادہ پیٹو اور زیادہ لالچی کو ایک ہی قسم کا بیمار تصور کرتے ہیں. لالچ کا علاج قناعت میں ہی ہے، اللہ تعالیٰ سے دولت کے ساتھ قناعت ضرور مانگیں ورنہ لالچ کی کوئی حد نہیں ہے.

سیانے کہتے ہیں کہ لالچی کے پیٹ کو صرف قبر کی مٹی ہی بھر سکتی ہے.

میرے اپنے تجربے میں آیا ہے کہ عموماً لالچ اور کنجوسی کی بنیاد بچپن سے ہی پڑتی ہے. جو بچہ گھر میں غربت دیکھے یا ماں باپ اسے کچھ پیسہ نہ دیتے ہوں تو ایسے بچے لالچی ہو جاتے ہیں، پھر پر پرزے نکلتے ہی صحیح یا غلط راستوں سے دولت کے پیچھے پڑ جاتے ہیں. بچپن کی عادتیں اندر سے نکالنی بڑی مشکل ہوتی ہیں.

اس لیے ہمیں چاہئے کہ اپنے بچوں پر پوری توجہ دیا کریں.

حسد وغیبت

حسد کا شمار انسان کی سب سے بڑی خرابیوں میں ہوتا ہے. رسول ﷺ نے فرمایا کہ: "انسان کے دل میں حسد اور ایمان اکٹھے نہیں رہ سکتے" اور فرمایا: "حسد سے بچو حسد نیکیوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ لکڑی کو کھا جاتی ہے" جتنا بے وقوف انسان ہوگا اتنا ہی حاسد ہو سکتا ہے لیکن عقلمند بھی اس کمزوری سے مبرا نہیں. یہ انسانی نفسیات میں شامل ہے.

حاسد کبھی خوش نہیں ہو سکتا وہ ہر وقت کسی نہ کسی سے جلتا رہتا ہے. مالی طور پر اگر اس کے پاس ہزاروں ہیں تو لاکھوں والوں کو دیکھ کر، اگر لاکھوں ہیں تو کروڑوں والوں کو دیکھ کر جلتا رہے گا. خود کو دوسروں سے بہتر جاننا، خواہ مخواہ مسابقت کرنی، ان چیزوں سے ہی فیملیوں اور لوگوں کا آپس میں حسد ودشمنی کا آغاز ہوتا ہے. روحانیت میں مصروف لوگ اس کی خصوصی احتیاط کریں.

بابا فرید گنج شکر فرماتے ہیں کہ "اگر آسودگی چاہتا ہے تو حسد مت کر"

میرے اندازے میں یہ ہماری پاکستانی قوم کی سب سے بڑی کمزوری ہے. اس کی ایک مثال تو دوزخ کے تندوروں والے لطیفے میں موجود ہے. جو کہ پاکستانی قوم کے مزاج کی صحیح عکاسی کرتا ہے. اس میں پاکستانی تندور میں سے نکل بھاگنے کی کوشش کرنے والے خود ہی کھینچ کر واپس گرا دیتے ہیں. اس کی دوسری مثال آپ یہ لے لیں کہ آپ ایک شریف آدمی ہیں، کسی دن گلی میں سے گزرتے ہوئے معمولی بات پر کوئی لچا لفنگا آپ کو گالی دیتا ہے. یورپ میں اگر کوئی کسی کو گالی دے تو دوسرا چاہے جتنا بھی معزز ہو یہ کہہ کر آگے چلا جاتا ہے کہ یہ شخص پاگل ہے، ساتھ ہی دوسروں کو دکھانے کے لیے اپنی کنپٹی کی طرف اشارہ کر کے انگلی گمائے گا جس کا مطلب دیکھنے والوں کو یہ سمجھانے کا ہوتا ہے کہ گالی دینے والے کا دماغ پھرا ہوا ہے. لیکن جو شخص آپ کو پاکستان میں آپ کے محلے میں گالی دے رہا ہے اگر آپ اس کا سر نہیں کھولیں گے تو کل یہ آپ کو دو گالیاں دے گا (مغرب والوں نے بہت سی غلط چیزیں اور عادتیں ان کی خرابیاں معلوم ہونے کے بعد چھوڑ دی ہیں) اس کی وجہ کیا ہے، کہ آپ ایک معزز آدمی ہیں وہ شخص آپ سے جلتا ہے. اس کا اور تو کوئی بس نہیں چلتا کہ وہ آپ کو کھینچ کر اپنی طرح بے عزتوں میں شامل کر لے لیکن آپ کی بے عزتی وہ گالی دیکر کر رہا ہے اور کل سارے شہر کو یہ واقعہ سنائے گا جس میں اس کے ساتھ کے سارے لفنگے آگے بتاتے پھریں گے اور آپ کے دشمن بھی ان میں شامل ہوں گے.

اسلام میں حسد کو حرام قرار دیا گیا ہے. اس کو حرام قرار دینے کے اس سخت حکم کے پیچھے اصل معنی یہ ہیں کہ کسی کے بارے میں ایسی سوچ کو نہ دہرائیں اور نہ بات کریں جو آپ کے پیچھے رہ جانے کا احساس پیدا کرے. یہ سوچ چاہے کسی دوسرے کی شخصیت (ذہانت یا خوبصورتی وغیرہ) یا حیثیت (دولت یا عزت) کے بارے میں ہو، یا کسی دوسری فیملی، برادری یا ملک کے بارے میں ہو ایسی چیز کا سوچنے سے انسان سوچ اور حوصلے میں کمزور (Passive) ہو جاتا ہے. ایسی سوچ صرف اس حد تک ہونی چاہیے کہ آپ اپنی خامیوں اور دوسروں کی خوبیوں کا اندازہ کر کے سبق سیکھیں اور اپنی خامیوں پر قابو پائیں. مگر ایسی سوچوں (یا باتوں) کو بلا وجہ دہرانے کی ممانعت کی گئی ہے.

حسد سے آدمی دوسروں کا نقصان کرنے اور ان کو بددعا کے چکر میں پڑتا ہے یا جادو ٹونا کرنے کے چکر میں پڑتا ہے، سالکوں کو اس سے ہر حال میں بچنا چاہیے.

جو آدمی حسد سے بچ گیا وہ آدمی برائیوں سے بچ گیا کہ حسد ہی نفرت میں تبدیل ہوتا ہے اور نفرت زہر ہی زہر ہے.

ایک دن علمی قسم کی محفل میں بیٹھے ہوئے بات ہو رہی تھی، بات مذہب پر چل نکلی، جب میں نے حسد اسلام نے حرام قرار دیا ہے لیکن اس کی وجہ کیا ہے، یعنی اس کو حرام قرار دینے کی وجہ بتاؤ. ہر ایک نے علیحدہ علیحدہ وجہ بتائی. سب سے چھوٹی عمر کا جلدی سے کہنے لگا کہ قرآن مجید میں لکھا ہے کہ یہ حرام ہے، اس لیے حرام ہے. دوسرا بولا کہ حاسد کبھی خوش نہیں ہوتا، جلتا ہی رہتا ہے اس لیے حرام ہے. تیسرے نے کہا کہ ''حسد کی ایک فارم نظر بھی ہوتی ہے یعنی آپ حاسد ہو کر اسے بددعا دیں یا نظر لگا دیں گے جس سے اسکا نقصان ہو جائے گا اس لیے حسد حرام ہے'' چوتھا بولا ''حسد ناشکری ہے کہ انسان اپنا حال دیکھ کر شکر کرنے کے بجائے دوسرے کو دیکھ کر جلتا رہے ناشکری اللہ کو پسند نہیں''. پانچواں کہنے لگا ''حسد کی برائی یہ ہے کہ آپ دوسرے کو دیکھ رہے ہیں کہ وہ آگے بڑھ رہا ہے اور آپ اسے ہی دیکھ رہے ہیں، اپنی پرواہ نہیں ہے''

یہ سب اپنی اپنی جگہ بالکل صحیح کہہ رہے تھے پھر میں نے انہیں اپنی رائے بھی دی کہ حسد سے یہ بھی ہوتا ہے کہ جس چیز سے آپ ڈرتے ہیں عموماً وہی چیز ہوتی ہے. جیسے آپ ڈرتے ہیں کہ آپ کا فلاں واقف یا رشتہ دار جس سے آپ کی نہیں بنتی ہے وہ بڑی ترقی کر رہا ہے تو آپ جس چیز سے ڈریں وہی ہوتی ہے، وہ عموماً ترقی زیادہ کرے گا. پھر حسد وقت کا ضیاع ہے. لیکن حسد کی سب سے بڑی خرابی یہ ہے کہ جب انسان دیکھتا ہے کہ اس کا کوئی ناپسندیدہ انسان ترقی کر رہا ہے اور آپ پیچھے رہتے جا رہے ہیں. ہر بار جب بھی آپ یہ سوچیں گے کہ وہ فلاں شخص یہ ترقی کر گیا، لاشعور ہمیشہ بات پوری مکمل کرتا ہے، وہ یہ کہے گا کہ تم پیچھے رہتے جا رہے ہو. آپ جتنی بار بھی اس شخص کے بارے میں سوچیں گے کہ وہ ترقی کر رہا ہے ساتھ ہی ذہن میں آئے گا، چاہے آپ کو شعوری طور پر محسوس ہی نہ ہو کہ میں پیچھے رہتا جا رہا ہوں اور جب بھی یہ سنیں گے آپ خود پیچھے رہنا شروع ہو جائیں گے. اس لیے بہتر یہی ہے کہ اس کے بارے میں بالکل سوچیں ہی نہیں. غیبت کو بھی حرام قرار دینے کی بڑی وجہ یہی ہے. یہ یاد رکھیں کہ حاسد کبھی ترقی نہیں کرتا.

کسی کے بارے میں خواہ مخواہ بات ہی نہ کی جائے، خصوصاً اس کی ترقی یا ناکامی کے بارے میں آپ کو اس کا کوئی فائدہ نہیں ہوگا بلکہ الٹا وقت کا ضیاع ہے. ہاں، اچھی نیت سے دوسروں کے بارے میں کی گئی بات ایک اچھی چیز ہوتی ہے. یا سبق حاصل کرنے کے لیے آپ

ایسا کر سکتے ہیں. غیبت سے ہی آدمی حسد کی طرف چلتا ہے. غیبت اسے کہتے ہیں کہ کسی آدمی کے بارے میں اس کی پیٹھ پیچھے ایسی بات کی جائے جو اگر اس کے سامنے کی جائے تو اسے افسوس ہو، یا اس کے سامنے منہ پر نہ کی جا سکے. پھر غیبت یہ ہے کہ کسی آدمی کی پیٹھ پیچھے اسے نقصان دینے کی بات کی جائے. یہ بھی ایک سبق ہے کہ ایسے آدمی کے بارے میں بات ہی نہ کی جائے جسے آپ پسند نہیں کرتے اور اگر بات چل ہی پڑتی ہے تو اس کی کامیابیوں یا ترقیوں کے ذکر سے بچایا جائے.

حسد کے بارے میں ایک بات آپ کو یہ بھی معلوم ہونی چاہئے کہ حسد کرنا تو غلط اور گناہ ہے ہی، مگر حسد کرانا بھی اس سے کم نہیں ہے. اس کی مثال ایسے ہے کہ ایک آدمی مالی طور پر بہت ترقی کر گیا ہے وہ اپنے قریبوں اور ساتھیوں کو یہ بتاتا رہے کہ وہ بہت مالدار ہو گیا ہے. اس کے ساتھی عموماً اپنی روزی بمشکل کما رہے ہوتے ہیں، ان کو اس بات کی خوشی کم اور حسد زیادہ ہوگا اور دلی طور پر ان کی خواہش یہ ہوگی کہ یہ بھی واپس ہماری طرح ہو جائے.

اسی چیز کے بارے میں رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ اگر تم اچھا اور مہنگا کھانا کھا رہے ہو تو اپنے غریب پڑوسیوں کے سامنے مت کھاؤ. ہم میں سے اکثر لوگ حسد کرنے سے بچ جاتے ہیں مگر اس دوسری طرف کم ہی توجہ دیتے ہیں. حسد کا علاج رشک میں ہے جس کی اسلام میں اجازت ہے. رشک یہ ہوتا ہے کہ جب بھی آپ کسی زیادہ کامیاب آدمی کو دیکھیں تو اللہ سے کہیں کہ اسے دیا ہے مجھے بھی دو (چاہے اس سے زیادہ مانگیں) حاسد کی صحیح مثال اس آدمی سے دی جا سکتی ہے جو کسی دوسرے آگے بڑھ جانے والے آدمی کو دیکھ کر یہ نہیں کہتا ہے کہ وہ دوسرا آگے بڑھ گیا بلکہ اپنے منہ پر ایک زور کا تھپڑ مار کر یہ کہتا ہے کہ میں تو پیچھے رہ گیا. وہ تھپڑ اسے ایک بار نہیں دن میں کئی بار پڑتا ہے (یعنی جتنی بار دن میں وہ حسد کرے گا) پھر یہ آدمی لازمی پیچھے رہنا شروع ہو جائے گا چونکہ منفی اور Pessimistic سوچ کا اس پر غلبہ ہوتا چلا جاتا ہے.

اور مضحکہ خیز حقیقت یہ ہے کہ حاسد ایسا آدمی ہے جو کسی دوسرے شخص کو آگے بڑھتے دیکھ کر بجائے خدا سے یہ مانگنے کہ مجھے بھی یہ کامیابیاں دے (یعنی رشک جس کی اسلام میں اجازت ہے) یہ مانگتا ہے کہ اللہ اس آگے جانے والے کو بھی پیچھے کھینچ کر میرے برابر کر دے اور جوں جوں وہ سوچ سوچتا ہے، اس کے ڈر کے نتیجے میں اس کی اپنی انرجی دوسرے کو آگے بڑھنے میں مزید مدد کرتی ہے. (یہ توانائی، انرجی کا اصول ہے کہ اسے دبائیں یا کسی چیز سے

ڈر جائیں تو یہ الٹا کام شروع کر دیتی ہے)

حسد حرام تو ہے ہی، سمجھدار آدمی کے لیے یہ بے وقوفی اور کمینے پن میں بھی آتا ہے. ہماری قوم کے نقصان اور بے سکونی کا یہ سب سے بڑا سبب ہے. یہ بھی یاد رکھیں کہ حاسد شاذ و نادر ہی امیر ہو پاتا ہے. میری آپ کو ایک نصیحت ہے کہ حسد اپنے جانی دشمن سے بھی نہ کیا کریں، ورنہ آپ اپنا نقصان اور اس کا فائدہ کر رہے ہیں.

غرور

پنجابی کی ایک ضرب المثل ہے "ات خدا داویر" (غرور کرنا خدا سے دشمنی لینا ہے) پھر یہ بھی کہتے ہیں "غرور کا سر نیچا" روحانیت کے طالب علم کے لیے لازمی ہے کہ وہ غرور سے جہاں تک ہو سکے بچے. کیونکہ علم پر غرور کرنے سے دوسروں میں حسد پیدا ہوتا ہے اور تلخیاں جنم لیتی ہیں. جس کے نتیجے میں بات بڑھ سکتی ہے اور نظر لگنے یا بد دعا ملنے کا بھی امکان ہو سکتا ہے. اس کی وجہ سے مختلف گروپ بن جاتے ہیں.

علم پر غرور کرنے والا اگر بحث میں ہارے تو اسے غصہ آتا ہے. ویسے بھی ہم میں سے اکثر لوگ اپنی توانائی کا سب سے بڑا حصہ لوگوں کو اپنا نقطہ نظر بتانے یا ان پر ٹھونسنے میں خرچ کرتے ہیں. اس لیے بہتر ہے کہ اس توانائی کو بچا کر دوسرے کاموں میں صرف کریں. پیسے کا غرور تو غلط ہی ہے کہ یہ آج ہے اور کل شاید نہ ہو، اس لیے اس پر غرور کرنا بے وقوفی ہے، لیکن علم ذہانت یا روحانیت کا غرور اس سے زیادہ خراب ہوتا ہے. پیسہ تو بے وقوف کے پاس بھی ہوتا ہے اور عموماً زیادہ ہوتا ہے. کیوں کہ وہ ایک ہی کام میں لگا رہتا ہے کہ اس کا Survival اسی میں ہے کہ وہ پیسے کمائے، ورنہ کوئی اس کی عزت نہیں کرتا لیکن علم ذہانت یا روحانیت تو بے وقوف کے پاس نہیں ہو سکتی اور ان پر غرور کرنے والا عقل مند کہلانے کے قابل نہیں ہے.

غرور کرنے والے دراصل احساس کمتری کا شکار ہوتے ہیں، لوگوں پر یہ جتا کر کہ وہ ان سے بہتر ہیں. اپنی اس حس کی تسلی کرتے ہیں ان کے ذہن میں یہ شک گھسا ہوتا ہے کہ لوگ انہیں بے وقوف یا ادنیٰ سمجھتے ہیں، اس لیے وہ اسے جتا کر اپنا شک دور کرنے میں لگے رہتے ہیں.

لوگوں میں عاجزی و انکساری سے رہیں، سالک کو اسی کا حکم ہے.

سب انسان آدم کی اولاد ہیں سب ایک برابر ہیں، کیسی برتری اور کیسا غرور. روحانیت

کے طالب علم کے لیے سب سے بہتر یہ ہے کہ لوگوں کی رائے (Opinion) کی بالکل پروانہ کرے. خود کسی سے زیادتی نہ کرے مگر لوگ چاہیے اسے برا کہیں یا اچھا اس کو اس کی کوئی پروا نہیں ہونی چاہیے. انسان کا نفس ہزار طریقے سے روحانی طالب علموں کا راستہ روکتا ہے، کسی سے تعریف سننا اور اس پر خوش نہ ہونا بڑا مشکل ہے لیکن پھر بھی چاہیے کہ اس کی پروانہ کرے، ورنہ پھر لوگوں کی خوشی نہ خوشی کے چکر میں ہی پڑا رہے گا.

پھر ہمارے ملک میں یہ بھی رواج ہے کہ پیسے اور رابطے والے آدمی سے ہر کوئی تعلق بنانے کی کوشش کرتا ہے، چاہے وہ بڑا غلط آدمی ہی کیوں نہ ہو. اسی رواج کی دیکھا دیکھی ہر آدمی اپنے پیسے وغیرہ کا بتاتا رہتا ہے. حالانکہ یہ احساس کمتری کی نشانی ہے. پھر یہ بھی ہے کہ نو دولتیے اپنی دولت کی ہر وقت نمائش کرتے رہتے ہیں. نیا پولیس والا ہر وقت اپنے اختیارات کی بات کرتا رہتا ہے، نیا روحانی یا فقیر اپنی روحانیت جتاتا رہتا ہے، نیا نیا عالم اپنا علم لوگوں پر جھاڑتا رہتا ہے. جو آدمی ان میں پکا اور پختہ ہو جاتا ہے وہ اس کا بلاضرورت ذکر نہیں کرتا اور لوگوں پر نہیں جتاتا.

خواہ مخواہ غرور نہ لوگوں کو پسند آتا ہے نہ اللہ کو، لوگ کھلے یا چھپے دشمن بن جاتے ہیں.

بابا فرید الدین گنج شکر فرماتے ہیں اگر ساری خلقت کو دشمن بنانا چاہتے ہو تو متکبر بن جاؤ.

ڈر و خوف

یہ جتنی زندگی کی گہما گہمی ہے، یہ سائنس جتنی ترقی کر رہی ہے، انسان سیاروں پر پہنچ رہا ہے، طرح طرح کے تباہ کن جدید ہتھیار بنائے جا رہے ہیں. اگر کسی سے پوچھا جائے کہ یہ سب کس بنیاد اور وجہ سے ہو رہا ہے تو اکثر لوگ یہی کہیں گے کہ اس کی وجہ زیادہ لالچ یا زیادہ خواہشیں ہیں.

دراصل سب ترقی اور اس بھاگ دوڑ کے پیچھے ڈر کارفرما ہے. انسان مستقبل سے ڈرا ہوا ہے امیر ملک غربت سے ڈرے ہوئے ہیں کہ کل پیسے نہ رہے تو ان کے یہاں غربت آ جائے گی. عام لوگ بھی مختلف ڈروں میں مبتلا ہیں کسی کو دوزخ کا ڈر ہے، کسی کو بیماری کا ڈر ہے، کسی کو اکیلے پن کا اور کسی کو بڑھاپے کا ڈر ہے. ہم سب کسی نہ کسی ڈر میں مبتلا ہیں، غربت کا خوف غرضیکہ مرنے کا خوف، بے عزتی کا خوف، اولاد کے مستقبل کا خوف ہزاروں طرح کے خوف ہیں.

حالانکہ روحانیت کا یہ پکا اصول ہے کہ آپ جس چیز سے ڈریں انسان اس کو اپنی طرف

کھینچتا ہے. آپ بیماری سے ڈریں بیماری ہوگی حادثے سے ڈریں تو حادثہ ہوگا، کاروباری نقصان سے ڈریں تو نقصان ہوگا. کسی چیز سے ڈرنے والا آدمی اس خوف کی قلم بار بار اپنے ذہن میں چلاتا ہے، بار بار اسے دیکھ کر لاشعور اسے کہیں سے ڈھونڈ لیتا ہے.

ہر بچہ آزاد پیدا ہوتا ہے، بغیر کسی ڈر و خوف کے لیکن پھر ہر روز کسی نہ کسی ڈر سے اس کا واسطہ پڑتا ہے. جوں جوں بڑا ہوتا جاتا ہے یہی ڈر بڑھتے ہی جاتے ہیں. بیماری کا ڈر، پڑھائی میں فیل ہونے کا ڈر، اندھیرے میں جانے کا ڈر، سزا کا ڈر، آہستہ آہستہ ہر ڈر اس کے اندر بیٹھ جاتا ہے اور اس کی زندگی محدود ہوتی چلی جاتی ہے. ایک مثال عام دی جاتی ہے کہ جو اپنے برے دنوں کے ڈر سے پیسے جوڑتا ہے اس کے برے دن ضرور آتے ہیں اور واقعی آتے ہیں.

۱۹۸۲ء کا واقعہ ہے، ایک دن ایمسٹرڈیم میں ایک محفل میں بیٹھے پاکستان کے مسائل پر بات چل رہی تھی. ایک صاحب بولے پاکستان کا ایک بڑا مسئلہ یہ بھی ہے کہ ہر شخص پیسے والے کو سلام کرتا ہے. مثلاً میرے محلے میں ایک بڑا سا گھر ہے کسی چوہدری کا، وہ خراب کردار، مجرم، ڈرگ ڈیلر سب کچھ ہے، مگر پیسے والا ہے، میں ہر روز اسے دیکھ کر سلام کروں گا. جب کہ ساتھ ہی ایک سکول ماسٹر رہتے ہیں. شریف، حلال کھانے والے، اچھے ذہن کے ہیں، مگر مالی حالات زیادہ بہتر نہیں. ان کو میں کم سلام کروں گا مگر اس چوہدری کو دیکھتے ہی ہر روز میرا ہاتھ ماتھے پر چلا جائے گا. اسی وجہ سے ہر آدمی ہر طریقے سے مالدار بننے میں لگا ہوا ہے. میرا یہ لڑکپن کا زمانہ تھا، مجھے ان صاحب کی یہ بات بڑی دلچسپ اور معقول لگی اور یہ بات تھی بھی صحیح.

میں نے یہی بات اپنے ایک سمجھدار اور بڑی عمر کے ایک پاکستانی واقف سے کی. وہ کہنے لگے کہ پاکستان میں عام آدمی کیا کرے وہاں نظام ہی ایسا ہے کہ پولیس کا ایک معمولی سپاہی چاہے تو آپ کو پکڑ کر تھانے میں بند کر دے اور چاہے تین ماہ باہر ہی نہ آنے دے، اگر ایسی کوئی پرابلم پڑی تو پھر اسی بڑی حویلی والے چوہدری کی بات سنی جائے گی، اس شریف سکول ماسٹر کی بات تھانے میں کوئی نہیں سنے گا. اس لیے اگر آپ بڑی حویلی والے کو سلام کرتے ہیں تو صحیح کرتے ہیں.

اس واقف کار کی بات غلط نہیں تھی.

ایک دوسرے سمجھدار دوست سے بات ہوئی تو وہ کہنے لگا کہ مالدار کی ایک وجہ سے عزت کرنا بنتا ہے، وہ یہ کہ پیسے کمانے میں مقابلہ (Competition) ہوتا ہے تو جو سمجھدار ہے وہ کماتا

ہے، اس لیے اس کی عزت کی جا سکتی ہے. پھر ایک بزرگ خاصے مذہبی قسم کے تھے، خاصے عرصے کے بعد یہی بات میں نے ان سے کہی اور دونوں دوستوں کی رائے بھی بتائی تو وہ ہنسے اور کہنے لگے کہ غلط وہ دونوں بھی نہیں کہتے. لیکن بات یہ ہے کہ تم ہر روز اس چوہدری کو دیکھ کر اٹھک بیٹھک کرتے ہو، تمہیں وہ بندہ پسند بھی نہیں لیکن تھانے کچہری کے ڈر سے یہ کرتے ہو. ہو سکتا ہے کہ ساری عمر تمہیں تھانے کچہری سے واسطہ نہیں پڑے اور اگر کہیں پڑ بھی جائے تو بغیر اس چوہدری کے تمہارا کام ہو جائے. تو اس آدمی سے بڑا الو کا پٹھا کون ہوگا جو ساری عمر اپنی مرضی اپنے ضمیر کے خلاف کسی غلط آدمی کے سامنے بغیر کسی وجہ کے جھکا رہا.

ان بزرگوار کی بات سب سے زیادہ صحیح اور معقول تھی. اگر آپ کا توکل صحیح ہے اور آپ کے ذہن میں ڈر نہیں تو انشاءاللہ آپ کو ساری عمر کوئی خاص مصیبت نہیں آئے گی. اگر آپ کو کوئی مشکل پیش آ بھی جاتی ہے تو آپ کا کوئی نہ کوئی مددگار آ ہی جائے گا بس انسان کا یقین اور توکل صحیح ہونا چاہیے.

نپولین نے کہا ہے کہ جو شکست سے ڈرتا ہے اسے ضرور شکست ہوگی.

جو حادثے سے ڈرتا ہے اس کا حادثہ ضرور ہوگا، کیونکہ جس چیز سے آپ ڈریں وہی چیز ہوتی ہے. مثلاً آپ گاڑی چلا رہے ہیں. آپ کے ذہن میں حادثے کا ڈر بیٹھا ہوا ہے یہ سوچ آپ کے آس پاس گھوم رہی ہے گو یہ نظر نہیں آتی، لیکن حقیقت ایسے ہی ہوتی ہے. آپ کے سامنے سے دوسری گاڑی آئی اس ڈرائیور نے لاشعوری طور پر یہی سوچ (Catch کر) پکڑ لی بے دھیانی میں اس کا رکا سٹیرنگ گھوما، آپ کے ساتھ ٹکر ہوگئی. کوئی چیز بھی اتفاقیہ نہیں ہوا کرتی.

ہم سب لاشعور طور پر ایک دوسرے کی سوچیں پکڑتے رہتے ہیں، کتنی دفعہ آپ نے دیکھا ہوگا کہ آپ کا دل چائے پینے کو کر رہا ہے اور وہاں موجود دوسرا آدمی آپ سے اسی وقت پوچھتا ہے کہ چائے پئیں گے. ہر انسان میں کسی نہ کسی حد تک کوئی نہ کوئی ڈر موجود ہوتا ہے، ڈر سے بالکل خالی انسان بہت ہی کم ہوتے ہیں مگر "کسی ڈر کو اندر دل میں بٹھا لینا خطرناک ہوتا ہے." پھر انسان کو اسی چیز سے بار بار واسطہ پڑتا ہے. جو خوشی کو اندر بٹھا لے اسے ہر طرف خوشی ہی ملتی ہے اور جو ڈر و غم کو اندر بٹھا لے اسے ہر طرف ڈر و غم ہی نظر آتا ہے اور ملتا ہے.

انسان جس چیز سے ڈر جائے وہ چیز یا کام اس پر حاوی ہو جاتا ہے. انسان اس سے امپریس Impress ہو جاتا ہے، پھر وہ چاہے کوشش کرتا رہے وہ چیز یا کام وہ نہیں کر سکتا جب

تک وہ اپنے لاشعور میں موجود اس ڈر کو اندر سے نہ نکالے. انسان کی اندرونی کیفیت اسی طرح کام کرتی ہے. جیسے پرندے لڑانے والے (مرغ، تیتر، بٹیر) جب اپنے پرندے کو ہار کے قریب دیکھتے ہیں تو وہ اس کے بھاگنے سے پہلے ہی اسے اٹھا لیتے ہیں اور اس کی ہار تسلیم کر لیتے ہیں. ورنہ اگر وہ ایک بار لڑائی سے بھاگ جائے پھر وہ سخت ڈر جاتا ہے اور دل چھوڑ جاتا ہے، پھر دوسری بار لڑائی میں بڑی جلدی بھاگ کھڑا ہوتا ہے. اس لیے انسان کو بھی چاہیے کہ اپنے ماضی کے ڈروں اور جھجک کو سمجھ کر اندر سے ختم کرے. یہ نفسیاتی جذباتی یا ذہنی کسی بھی سطح پر ہو سکتی ہیں (آگے دماغ کی پروگرامنگ اور ویژیولائزیشن کے باب میں اس کی مکمل تفصیل بتائی گئی ہے اور حل کا طریقہ بھی بتایا گیا ہے) ہم سب کسی نہ کسی انسان سے یا کسی نہ کسی چیز سے ڈرے ہوتے ہیں.

انسان سے خوف کی ایک صورت یہ بھی ہے کہ ہمارا فلاں ساتھی یا دوست ہم سے زیادہ مضبوط شخصیت کا اور ذہنی تیز و طاقتور ہے اور جب یہ خیال آپ کے اندر بیٹھ جاتا ہے تو پھر آپ جب بھی اس کے سامنے جاتے ہیں آپ کے اندر کا ڈر یا متاثر ہونا آپ کی خود اعتمادی کو ختم کر دیتا ہے. میاں بیوی کے تعلقات میں بھی اکثر یہی چیز دیکھی گئی ہے اس کو سمجھنے کی ضرورت ہوتی ہے. اکثر خاوند جنہیں "رن مریدی" کا طعنہ دیا جاتا ہے، اسی مرض میں مبتلا ہوتے ہیں. ایسے لوگ اپنی بیوی سے دب (Impress) ہوگئے ہوتے ہیں.

کسی بھی اہم چیز یا کام کرتے وقت اگر انسان پرسکون Relaxe رہے تو وہ یہ کام اچھی طرح کرتا ہے بہ نسبت گھبرائی (Nervous) حالت کے. لیکن حقیقت میں پرسکون انسان کم ہی ہوتے ہیں، بہت زیادہ تعداد ایسے لوگوں کی ہے جو ایسے کسی مشکل یا اہم کام کو کرتے وقت بظاہر تو پرسکون نظر آتے ہیں مگر حقیقت میں اندر سے گھبرائے اور ڈرے ہوتے ہیں اور عموماً خود ان کو بھی اس کا احساس نہیں ہوتا. مگر اسی اندرونی ڈر کی وجہ سے ان کو اکثر ناکامی ہوتی ہے کیونکہ اندرونی ڈر یا گھبراہٹ کی وجہ سے انسان اپنا ذہن بلاک اور منجمد سا کر لیتا ہے اور وہ اپنی صلاحیتوں کا نصف حصہ بھی ایسی حالت میں استعمال نہیں کر سکتا، بلکہ کوئی بھی انسان اس ڈری ہوئی حالت میں ایسے ہی کرتا ہے. یہ انسانی شخصیت کا وہ پہلو ہے جسے سمجھنا اور اس پر قابو پانا بہت ضروری ہے (آگے تصورات Visualization کے باب میں ایسے کام کرتے وقت کامیابی کی ترکیب لکھی ہوئی ہے.)

ڈر و خوف کو ختم کرنا روحانیت کا اہم سبق ہے. ہم طرح طرح کے خوفوں سے اپنی روح میں

موجود توانائی کو دبائے اور محدود کیے رکھتے ہیں، اگر ان کو سمجھ کر ختم کر دیا جائے تو انسانی روح میں چھپی ہوئی بے پناہ توانائی باہر آ جاتی ہے۔

کرامات اسی توانائی کے کاموں میں ہے اور یہ اس کے کاموں میں سے عام سا کام ہے۔ روحانیت میں تمام تعلیم کی بنیاد اسی اصول پر ہے کہ ڈر کر ختم کرو۔ کہ ڈر ہی روح کا قاتل ہے اسی لیے کہتے ہیں پیسے مت جمع کرو کیونکہ جمع کرو گے تو پھر ان کے کھونے کا ڈر ہو گا اور آپ کی توجہ اسی طرف لگی رہے گی۔ اچھے مہنگے کھانے کی عادت پڑ گئی تو پھر اسی ڈر میں رہو گے کہ کہیں کھانے ملنے بند نہ ہو جائیں۔

بلکہ دوسرے مذہبوں میں راہب گھر بار بھی چھوڑ دیتے ہیں کہ اگر بیوی بچے ہوں گے تو ان کی فکر کرنی پڑے گی، ضروریات پوری کرنی پڑیں گی، پھر وہی پیسوں کے مسائل سامنے آ جائیں گے۔ ایک جھنجھٹ سے دوسرے اور دوسرے سے تیسرے میں پڑتے جائیں گے، اس لیے قصہ ہی ختم کرو اور فقیر ہو جاؤ، سب کچھ ہی چھوڑ دو۔ اپنی توانائی ان سوچوں میں خرچ ہی نہ کرو۔

اس لیے یہ بھی کرو کہ کسی سے پیار نہ کرو کہ پیار کرو گے تو پھر کھونے کا ڈر ہو گا۔ کسی سے دوستی مت کرو، کسی سے دشمنی مت کرو۔ بلکہ بدھ اور ہنود کی روحانیت والوں میں کچھ طبقے ایسے بھی ہیں جو کہتے ہیں کہ دوستی اور دشمنی کے چکر میں ہی مت پڑو، خدا کو ماننے نہ ماننے کے چکر میں ہی نہ پڑو۔ یعنی کوئی تمہارا دوست نہیں کوئی دشمن نہیں، کسی کی سرے سے پرواہ ہی نہ کرو۔ خدا کو ماننے یا نہ ماننے میں ان کا کہنا ہے کہ یہ مت کہو کہ میں خدا کو نہیں مانتا، کیونکہ یہ کہنے کا مطلب ہو گا کہ خدا کوئی چیز ہے جس کو میں نہیں مانتا۔ اس لیے ہاں، نہ کے چکر ہی میں نہ پڑو، باہر کی کسی چیز پر توجہ نہ دو۔ کیوں کہ ہاں اور نہ، اچھا اور برا، نیکی، بدی سے ایک ہی چیز کے مختلف رخ ہیں۔ یعنی کوئی اچھا نہیں کوئی برا نہیں، کوئی خوبصورت نہیں، کوئی بدصورت نہیں۔ یہ سب تمہارے دیکھنے کا طریقہ ہے۔ کسی چکر میں مت پڑو، اپنے آپ کو سمجھنے میں مگن رہو اور اسی چیز پر خاص توجہ دو۔

ہماری زندگی کی ناکامیوں میں ہمارے ڈر کا بہت بڑا حصہ ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ ہر دفعہ ناکامی کا منہ اس لئے دیکھتے ہیں کہ وہ کامیابی سے ڈرتے ہیں۔ آپ یہ سن کر ہنسیں گے کہ بھلا کوئی کامیابی سے بھی ڈرتا ہے، لیکن یہ ایک حقیقت ہے کہ ہر آدمی نے گھونگھے کی طرح اپنا ایک Shell بنا لیا ہوتا ہے، وہ اس حد سے آگے جانے سے ڈرتا ہے۔ یہ ڈر کی عجیب قسم ہوتی ہے جو روحانیت کے طالب علموں کے لیے سمجھنی لازم ہے، وہ یہ کہ آپ بہت سی چیزوں میں ناکامی

اس لیے ہوتے ہیں کہ آپ کامیابی سے ڈرتے ہیں۔ مثلاً آپ امیر بننا چاہتے ہیں لیکن آپ کے اندر یہ ڈر بیٹھا ہوا ہے کہ میں نہیں بن سکتا۔ اور اگر یہ ڈر واقعی موجود ہے تو پھر کوئی معجزہ ہی آپ کو مال دار بنا سکتا، آپ ہر دفعہ منزل سے پہلے ہی کوئی غلطی کر کے واپس پہلے والی جگہ پر آ جائیں گے۔

دماغ اور لاشعور کے کام کرنے کا اصول یہ ہے کہ جب یہ کسی ویژن کے مکمل ہونے کی تصویر دیکھ لیتا ہے تو پھر اس کو کرنے کے بے شمار راستے ڈھونڈ لیتا ہے اور اگر کسی چیز کو مکمل ہونے کی تصویر (کلیئر Clear) صاف نہیں ہے تو یہ اس کام میں ناکامی کے سو راستے خود ہی ڈھونڈ لے گا۔ اور یاد رکھیں یہ آپ کی شدید خواہش پر بھی عمل کرتا ہے۔

اس میں اصول یہ ہے کہ آپ نے اپنے لاشعور کو اپنی منزل پر پہنچے ہونے کی تصویر دکھانی ہے، چند بار ایسا کرنے کے بعد وہ خود ہی اس کا راستہ ڈھونڈ لے گا۔ اندر کے اس ڈر کو ختم کرنا بڑا لازمی ہے۔ نفسیات و روحانی تربیت دینے والوں نے اس کو ختم کرنے کے مختلف طریقے بنائے ہوئے ہیں۔ لیکن سب سے سیدھا آسان اور بہتر طریقہ یہ ہے۔ جس کو Visualize کرنا (تصور کرنا) کہتے ہیں۔ کہ مثلاً آپ کاروبار کر کے امیر آدمی بننا چاہتے ہیں تو آپ ہر روز چند منٹ بیٹھ کر یہ تصور کریں کہ فلاں جگہ (جہاں آپ کاروبار کرنا چاہتے ہیں) آپ کا دفتر ہے یا دوکان ہے، آپ وہاں اپنے پسندیدہ کپڑے پہن کر بیٹھے ہوئے ہیں، بہت سے گاہک آ رہا ہیں، آپ کے پاس نوٹوں کا ڈھیر جمع ہو رہا ہے (یعنی آپ صحیح معنوں میں شیخ چلی بنے ہوئے ہیں)۔ چند ہفتے مقررہ وقت پر دو دفعہ صبح شام یہ تصور کریں تو آپ کے پاس تھوڑے دنوں کے بعد واقعی پیسے آنے شروع ہو جائیں گے۔ لیکن پہلے آپ نے مکمل فلم دیکھنی ہے کہ آپ اپنے پسندیدہ گھر میں، پسندیدہ کپڑوں میں، پسند گاڑی کے ساتھ موجود ہیں۔ مغرب والوں نے Visualization کی ٹریننگ کے مختلف طریقے بنائے ہوئے ہیں جن میں آجکل کا خاصا مشہور طریقہ Avatar اوتار کہلاتا ہے۔ یہ ہندی کا لفظ ہے جو کہ ہنود دیوتاؤں کے لیے استعمال کرتے تھے۔ مثلاً رام چندر جی ان کے نزدیک اوتار تھے مہاراج کرشن بھی ان کے اوتار تھے، ہنود کے کہنے کے مطابق خدا انسان کی شکل میں آیا تھا۔ 1990ء میں کچھ عرصے میں نے بھی اوتار کی پریکٹس کی۔ دراصل Avatar کے سربراہ نے یہی ڈر کا اصول انڈین یوگا کے سسٹم سے پکڑا اور اپنی ڈگڈگی لے کر بیٹھ گئے، اب کوئی ستر ملکوں میں ان کے دفتر ہیں، انڈیا میں ایک بھی نہیں۔ اس سٹڈی کا موجد ایک

امریکن ہے. حسب معمول زیادہ مغربی لوگوں کی طرح یہ بھی مالی کامیابی کی پریکٹس کراتے ہیں، گو کچھ دوسری چیزیں بھی اس میں شامل ہیں.

اس کا اصول یہ ہے کہ کوئی مراقبہ کرتے وقت یا توجہ مرکوز کرنے کے بعد آپ کے شعور اور لاشعور کے درمیان پردہ اٹھ جاتا ہے. آپ کا لاشعور ایک چھوٹے بچے کی طرح، جو بھی دکھائیں اس کو ماننا اور اس پر عمل کرنا شروع کر دیتا ہے. چند بار ایسا دیکھنے کے بعد وہ اس کو ماننے لگ پڑتا ہے. روحانیت میں بھی کامیابی سے آپ کو یہی ڈر روکتا ہے، مراقبے میں تصورات کی مشقیں اسی لیے کرائی جاتی ہیں. کبھی آپ پانی کا تصور کرتے ہیں کبھی نور کا کبھی اللہ کا. اور یہ ایک حقیقت ہے کہ آپ کا لاشعور ایک بالکل معصوم بچے کی طرح ہے، جو چیز بھی تواتر سے کی جائے وہ یہ مان لیتا ہے اور پھر اس تک پہنچنے کے راستے خود ہی ڈھونڈ لیتا ہے. اس کی طاقت بے انتہا ہے، منزل پر پہنچنے میں اس کو کوئی دقت نہیں ہوتی، یہ سب کچھ پیدا (Creat) کر لیتا ہے.

آپ کو پیر بننے کا شوق ہے کہ آپ کے بہت سے مرید ہوں، صلاحیت بھی آپ کی کوئی خاص نہیں. آپ کبھی نہیں بن سکیں گے کیونکہ آپ جتنا زیادہ اس کے بارے میں سوچیں گے اتنا ہی ڈر آپ کے اندر بیٹھتا جائے گا، زیادہ سوچنے سے یہی ہوتا ہے. لیکن آپ ہر روز آنکھیں بند کر کے یہ تصور کرنا شروع کریں کہ آپ بیٹھے ہوئے ہیں، بڑے اچھے کپڑے پہن کر، پیروں والی ٹوپی یا پگڑی پہنی ہوئی ہے، بہت سے مرید آپ کے آس پاس ادب سے سر جھکائے بیٹھے ہیں. یہ آپ نے دس تا بیس منٹ دیکھنا ہے. آپ ہر روز دو دفعہ یہ تصور کریں پھر دیکھیں کہ خود ہی آپ کے راستے کھلتے جائیں گے اور اگر لاشعور میں بیٹھا ہوا ڈر نکالنے کی جو پریکٹس آپ کر رہے ہیں کامیاب ہو جاتی ہے تو تھوڑے ہی دنوں میں آپ کی مخفی صلاحیتیں بھی بیدار ہونے شروع ہو جائیں گی، آپ کو کوئی صحیح استاد بھی جلد ہی مل جائے گا اور آپ واقعی کامیاب پیر بن جائیں گے. Visualization کے باب میں اس کی پوری تفصیل دی ہوئی ہے. کسی چیز کا تصور کرتے وقت بھی یہ احتیاط کرنی ہے کہ یہ پریکٹس ایک حد تک رہے، اندھا دھند یہ پریکٹس کرنے سے زیادہ فائدہ نہیں ہوتا. روحانیت میں یہ ایک بڑی اہم مشق ہے. اسلام کی روحانیت میں مختلف مراقبات میں ایسی مشقیں شامل ہیں. تصور شیخ سے تصور رسول اور پھر تصور اللہ، سب تصور اسی اصول کی بنیاد پر کیے جاتے ہیں. یہ سب تصورات متعدی بھی ہوتے ہیں، یعنی ایک شخص سے دوسرے میں اور استاد سے شاگرد میں پھیلتے ہیں.

ہم مسلمانوں میں ہر روز عبادت کی وجہ سے دوسری قوموں سے بہت زیادہ روحانی توانائی کا ذخیرہ ہوتا ہے جسے ہم لاشعوری طور پر اپنے فائدے یا نقصان کے لیے استعمال کرتے رہتے ہیں. زیادہ توانائی کی ذخیرے والا جب کسی چیز سے ڈر کر منفی سوچے گا تو اسکے فوری منفی نتائج سامنے آئیں گے اور اگر مثبت سوچے گا تو اچھے نتائج فوراً ہی سامنے آنے شروع ہو جائیں گے اور اس کی ترقیوں کی کوئی حد نہیں رہے گی. یہ ایک بہت اہم نقطہ ہے ہم مسلمانوں کے لیے. ہم ایک زمین میں گڑھے ہوئے خزانے کے اوپر بیٹھے پریشان ہو رہے ہیں بلکہ اس کو نہ سمجھ کر اور الٹا غلط استعمال کر کے نقصان اٹھا رہے ہوتے ہیں.

غیر مذہب والے، مغرب میں جن کی اکثریت ہے، جن کے پاس روحانی انرجی کا بہت تھوڑا ذخیرہ ہوتا ہے، لیکن وہ عموماً اسے صحیح طریقے استعمال کرتے ہیں. خصوصاً حکومتی سطح پر بھی ایسی چیزیں استعمال ہوتی ہیں، مجھے بارہا اس کا تجربہ ہوا ہے. ہمارے ملک میں حکومتی سطح پر ایسی چیزوں کی معلومات ہونے کی اشد ضرورت ہے. جو کہ بدقسمتی سے نہ ہونے کے برابر ہے. یہاں زیادہ دعا سے کام چلایا جاتا ہے. جسمانی چوٹوں یا مار پیٹ سے ڈرنے والے ساری عمر مار پیٹ لڑائی جھگڑے کے تصور سے ہی ڈرتے رہتے ہیں، ایسا ڈر روحانیت کے لیے بھی بڑا خطرناک ہے. بزدل آدمی کامیاب روحانی نہیں بن سکتا، اس ڈر کو ختم کریں، ورنہ چند بار چاہے لڑ جھگڑ کر یہ تجربہ بھی حاصل کریں. یا پھر باکسنگ یا کراٹے کی کلاس میں داخلہ لے لیں.

ڈر خوف کے موضوع میں ایک اور بات اہم ہے وہ یہ کہ بچپن میں آپ کے ساتھ بہت سے واقعے اور حادثے ایسے ہوتے ہیں جو کہ آپ کو یاد نہیں رہتے. مثلاً آپ دو سال کی عمر میں کسی دیوار سے گرے، اب آپ کو وہ واقعہ یاد نہیں رہا کیونکہ آپ چھوٹے تھے لیکن لاشعور میں وہ واقعہ موجود ہے، آپ میں اب بھی اونچی جگہ سے گرنے کا ڈر ہے. اس لیے اب جب بھی آپ کسی اونچی جگہ سے نیچے دیکھیں گے تو آپ کو ڈر لگے گا لیکن اس کی وجہ آپ کو معلوم نہیں ہوگی. اسی طرح آپ کسی شخص کو دیکھتے ہیں اور آپ کو شروع سے ہی وہ پسند نہیں آتا. وجہ کیا ہے؟ آپ کو یاد نہیں. لیکن آپ کوشش کریں تو آپ کو یاد آجائے گا، کافی عرصہ پہلے لڑکپن میں آپ کا کسی ہم عمر سے جھگڑا ہوا، آپ نے اس کو مارا، پھر اس کا بڑا بھائی آگیا، اس نے آپ کو پیٹا.

یہ شخص جس کو آپ آج پہلی نظر سے ہی ناپسند کرنے لگ پڑے ہیں، اس کی شکل اسی بڑے بھائی سے ملتی ہے. وہ واقعہ آپ کو بھول چکا ہے لیکن لاشعور میں اسی شخص سے نفرت بھری

ہوئی ہے۔ اب یہ بچپن میں بیٹھا ہوا ڈر آپ کو بہت سے معاملوں میں کمزور کرتا ہے۔ یہ آپ کی سوچوں کے راستے میں آ جاتا ہے۔ اس کو دور کرنے کی مکمل ترکیب Visualization (تصورات) کے باب میں موجود ہے۔ یہاں آپ یہی سمجھ لیں کہ اگر آپ چند بار واقع کو یاد کریں، اس کی سب تفصیل کی فلم ذہن میں چلائیں، پھر اس کی طرف دیکھ کر مسکرائیں تو آپ کا یہ ڈر غائب ہونا شروع ہو جائے گا۔

بچپن میں ہونے والی چیزوں کا ہم پر بہت گہرا اثر ہوتا ہے۔ بچپن کا ڈر خوف ساری عمر ساتھ چلتا ہے، خصوصاً اگر اس کو سمجھداری سے ختم نہ کیا جائے۔ ایسے ہی بچپن کا بنا ہوا یقین بھی اتنا مضبوط ہوتا ہے کہ یہ ساری عمر بڑھتا ہی رہتا ہے۔ جو لوگ ذہنی طور پر دلیر ہوتے ہیں وہ ہر کام میں بزدلوں سے بہتر رہتے ہیں۔ جسمانی طور پر حادثے یا چوٹ سے ڈرنے والا ذہنی طور پر بھی بزدل ہو جاتا ہے۔ روحانیت میں بھی دلیر جلدی ترقی کرتے ہیں۔ ہمیں چاہئے کہ خود بھی ایسے بنیں اور بچوں کو بھی ڈرنے سے بچائیں۔ ہمارے معاشرے میں بچوں کو ہر چیز سے ڈرا ڈرا کر ہی بڑا کیا جاتا ہے، پھر وہ بزدل بن جاتے ہیں۔ انہیں اندھیرے میں جانے سے مت ڈرائیں، وہ اگر موٹر سائیکل وغیرہ تیز چلاتے ہیں تو چلانے دیں۔

بزدل سو بار مرا ہے دلیر ایک بار۔

مستقبل سے خوفزدہ لوگ بہت سی پناہ گاہیں بنا لیتے ہیں۔ شراب، نشے، خود ساختہ تصوف، شاعری، خواب خیال کی دنیا، جنس پرستی، حتیٰ کہ بیماری تک اس میں شامل ہے۔ انسان میں ڈر و خوف کی ایک عجیب قسم ہے جس کا بہت سے لوگوں کو احساس نہیں۔ وہ یہ ہے کہ لوگ اکیلے بیٹھنے اور سوچنے سے ڈرتے ہیں، اسی لیے ہر ایسا آدمی کسی نہ کسی کمپنی (ساتھی) کی تلاش میں لگا رہتا ہے، کیونکہ اگر وہ اکیلا بیٹھتا ہے تو سوچیں اس پر حملہ کر دیتی ہیں۔ ہر قسم کے ادھورے چھوڑے ہوئے کام اور غیر یقینی اس کے ذہن میں آ جاتی ہے، مستقبل کا ڈر، بچوں کے مستقبل کا خوف، اپنے کرتوتوں کی سزا کا ڈر، غرض کے سینکڑوں قسم کے خوف ہوتے ہیں اس لیے ہر آدمی ہر وقت مصروف رہنا چاہتا ہے کسی نہ کسی کام میں۔ نہیں تو ریڈیو یا ٹی وی لگا کر سننے، دیکھنے لگ پڑے گا۔ اس کی ایک بڑی وجہ یہ ہوتی ہے کہ آپ مصروف رہنا چاہتے ہیں یہ بھی حقیقت سے فرار کا ایک طریقہ ہے۔ اسی طرح اسی فرار کے اور ہزاروں طریقے لوگ لاشعوری طور پر اپنا لیتے ہیں۔

ہر سالک کے لیے لازمی ہے کہ وہ اپنی سوچوں کو سمجھنے کی کوشش کرے، ان کو پڑھے۔ اگر

آپ اپنی سوچوں کو نہیں پڑھیں گے تو آپ ذہن کو نہیں سمجھ پائیں گے اور اگر آپ ایک چیز کو نہیں سمجھتے ہیں تو پھر آپ اس کو کیسے قابو میں کر سکتے ہیں، کیسے حاوی ہو سکتے ہیں۔ اس کا طریقہ جو مشرق بعید (جاپان) میں استعمال کیا جاتا ہے وہ خاص دلچسپ ہے۔ اس میں آپ نے خاموش بیٹھنا ہے، آپ کا جسم بالکل Relaxe ہونا چاہئے۔ آپ اپنی سوچ کو کھلا چھوڑ دیں، اس کو بالکل کنٹرول نہ کریں۔ صرف یہ دیکھیں کہ آپ کیا سوچ رہے ہیں۔ طرح طرح کی سوچیں آئیں گی، بس انہیں دیکھتے جائیں دیکھتے جائیں۔ پہلے دن اس کو ۵ منٹ تک دیکھیں، پھر ہر روز ایک دو منٹ بڑھتے ہوئے 30 منٹ تک لے جائیں۔

آپ نے سوچوں کو محسوس کرنا ہے، ان کو روکنا یا کنٹرول نہیں کرنا ہے۔ کیونکہ جس بھی سوچ کو آپ روکتے ہیں وہ واپس آتی ہے اور زیادہ طاقت سے واپس آتی ہے۔ یہ بڑی عجیب بات ہے لیکن حقیقت یہی ہے کہ جس سوچ کو آپ Resist (مدافعت) کرتے ہیں، دراصل آپ اس کو طاقت دے رہے ہوتے ہیں اور وہ آپ کے ذہن میں مزید گہری اتر جاتی ہے۔ جب آپ کسی سوچ میں مداخلت نہیں کرتے تو پھر وہ سوچ آگے چلی جاتی ہے دوسری سوچ آ جاتی ہے۔ لیکن دیکھتے رہیں خاموشی سے۔

آپ دیکھیں گے کہ آہستہ آہستہ سوچیں کم ہونی شروع ہو جائیں گی اور کچھ عرصے کے بعد یہ غائب ہو جائیں گی۔ اس وقت آپ اپنے دماغ پر حاوی ہو چکے ہوں گے۔

یہ بدھ روحانیت کے ZEN سکول والوں کے مراقبے کا مشہور اور کامیاب طریقہ ہے۔ اسلام کی روحانیت میں اسی اصول پر شمع بینی بھی کرائی جاتی ہے۔ پھر نہ آپ کو اکیلا بیٹھنا ڈرا سکتا ہے اور حالات کیسے بھی ہوں آپ پریشان نہیں ہوں گے۔ کم سوچیں ہونا صحت مند ذہن کی علامت ہے۔ سوچوں کو نہ سمجھنے والے بے شمار مشکلات کا شکار ہو جاتے ہیں۔ ڈیپریشن، اعصابی تناؤ اور بے شمار قسم کی نفسیاتی بیماریاں ہو جاتی ہیں، جس میں نشے کی عادت بھی شامل ہے۔ اوپر بیان کردہ مشق میں نے ہر آدمی کے لیے مفید پائی ہے۔ میرے خیال میں سب کو کم از کم ایک آدھ مہینے یہ مشق کرنی چاہئے، اس کے اور بھی بہت سے فوائد ہیں۔

ذہن میں سوچوں کو کنٹرول کرنے کی مثال آپ ایک بندر سے لے سکتے ہیں۔ آپ نے فلم میں دیکھا ہوگا کہ اگر کسی جنگلی بندر کو پنجرے میں پہلی بار قید کیا جاتا ہے تو وہ پنجرے میں ہر طرف اوپر نیچے بھاگتا ہے۔ شروع میں خاصی دیر بغیر سمجھے یہی لگا رہتا ہے، پھر آہستہ آہستہ وہ پر

سکون ہوتا جاتا ہے. آپ بھی جب اپنی سوچوں کو پڑھیں گے تو شروع میں آپ کا ذہن بندر کی طرح ہر طرف بھاگے گا، چپ چاپ دیکھتے رہیں. آہستہ آہستہ اسے پرسکون ہو ہی جانا ہے. جب یہ بندر ٹرینڈ ہوگیا تو آپ پھر اسے اپنی ڈگڈگی پر لگالیں، چاہے تن کی دنیا میں چاہے من کی دنیا میں.

جو لوگ اپنی سوچوں کو نہیں سمجھ پاتے وہ ان سے ہر وقت بھاگتے رہتے ہیں، کبھی میوزک سن رہے ہیں کبھی فلم دیکھ رہے ہیں. بلکہ کئی سوچوں سے ہی بچنے کے لیے ہی مسجدوں میں گھسے رہتے ہیں کوئی سگریٹ پی رہا ہے، کوئی شراب میں گھسا ہوا ہے. جب آپ اپنی سوچ پر حاوی ہوگئے تو پھر آپ کے لیے اپنی کسی بھی عادت کو چھوڑنا مشکل نہیں ہے پھر آپ نے صرف یہ کرنا ہے کہ اپنے آپ کو تصور میں وہی کام کرتا دیکھیں. جیسے آپ سگریٹ پیتے ہیں تو تصور میں اپنے آپ کو سگریٹ پیتے دیکھتے رہیں، آٹھ یا دس منٹ ایسے کریں. چند دن کے بعد آپ سگریٹ پینا چھوڑ دیں گے.

عام طریقے سے سگریٹ چھڑانے میں اگر آپ اپنے ذہن اور سوچ پر حاوی نہیں ہیں تو آپ جتنی دفعہ چھوڑ دیں دوبارہ پینا شروع کردیں گے یا اپنے آپ کو مصروف رکھنے کے لیے کوئی اور ایسی ہی عادت اپنالیں گے. اپنی سوچوں کو نہ سمجھنے اور ہر وقت مصروف رہنے والوں کو انگلش میں Escapist (فراریت پسند) کہا جاتا ہے.

آج کل مغرب کی مصروف زندگی میں آدھے سے زیادہ لوگ اسی مرض میں مبتلا ہیں. پاکستان میں بھی ایسے لوگوں کی خاصی تعداد ہے. عادی ہیروئن پینے والے اسی قسم میں آتے ہیں پکے شرابی بھی یہی لوگ ہوتے ہیں، یہ سب اپنی سوچوں سے بچنے کے لیے ان سے ڈر کر نشوں میں پناہ لیتے ہیں پھر جب ہوش میں آتے ہیں تو سوچیں پھر سامنے ہوتی ہیں. ان سے بچنے کے لیے پھر نشے کی گود میں چلے جاتے ہیں اور آہستہ آہستہ نشے کی مقدار بڑھتی جاتی ہے.

آپ اپنے آپ کو عبادت کے ذریعے بھی مصروف رکھ سکتے ہیں. عبادت کے اور بھی فائدے ہیں، لیکن اس سے پہلے آپ اپنے ذہن اور سوچ کو ضرور سمجھیں. اسلامی روحانیت میں اس مقصد کے لیے کوئی ورد دے دیا جاتا ہے کہ انسان کا ذہن مصروف رہے. اگر آپ کا اس اوپر بیان کردہ نظریہ پر یقین بیٹھ گیا تو پھر کوئی بھی بری عادت ختم کرنا بہت آسان ہے.

اس میں ایک اہم احتیاط کرنی ہے کہ آپ نے تصور یہ کرنا ہے کہ آپ خود کو وہ کام کرتے

دیکھیں (تصور کریں) اور یہ سمجھیں کہ آپ صرف اسے دیکھ رہے ہیں، آپ کا اس سے کوئی تعلق نہیں ہے (گو آپ خود کو سگریٹ پیتے دیکھ رہے ہیں لیکن جیسے آپ کسی دوسرے شخص کو سگریٹ پیتے دیکھ رہے ہیں، آپ کا اس سے زیادہ اس سے کوئی تعلق نہیں ہے)، چند دنوں میں آپ کی وہ عادت ختم ہو جائے گی. خود کو اس سے علیحدہ سمجھیں.

روحانیت کے سفر میں یقین کامل آپ کا ساتھی ہے اور شک اور ڈر آپ کے دشمن ساری عمر آپ کو یہ چو مکھی لڑائی کرنی پڑتی ہے. بہت سے لوگوں کو روحانیت کی ترقی میں ڈر عجیب عجیب طریقوں سے روکتا ہے. مثلاً روحانیت میں آپ کو اپنی الہامی قوت Intuition سے کام لینے کی پریکٹس کرائی جاتی ہے. میں بھی ایمسٹرڈیم میں اپنے مختلف ملکوں سے شاگردوں کو یہ سکھاتا ہوں، اس میں کافی دلچسپ تجربات ہوئے. بہت سے لوگ جلد ہی سیکھ جاتے تھے. لیکن کچھ چاہے آپ جتنی بھی کوشش کریں، وہ آگے نہیں چلتے. دراصل ان لوگوں کے اندر ناکامی کا ڈر بیٹھا ہوتا ہے. آگے حالات دیکھنے کے بارے میں اسکی تفصیل موجود ہے. اس کے علاوہ ان لوگوں نے اکثر اپنی صلاحیت سے متعلق شیل (Shell) بنایا ہوتا ہے. جس سے باہر آنا ان کے لیے ممکن نہیں ہوتا اور نہ وہ اسے بڑا کرتے ہیں. اس ڈر کو ختم کر کے ہی وہ ترقی کر سکتے ہیں.

اس میں سب سے لازمی یہ ہوتا ہے کہ آپ خود کو کس قابل ''مانتے'' ہیں، آپ خود کو جتنا قابل لیتے ہیں آپ اتنی ہی ترقی باسانی کر لیتے ہیں ورنہ نہیں. آپ کو کوئی پریشانی محسوس ہو تو اس کی وجہ معلوم کریں، اس لکھ لیں. مثلاً پیسے کی کمی کی وجہ سے کئی قسم کے خوف ہوتے ہیں، اس کی وجہ سے اداسی بھی ہوسکتی ہے، اسے لکھ لیں اور اسے دور کرنے کی کوشش کریں. اگر وجہ معلوم نہ ہو تو صحیح علاج کرنا ممکن نہیں. اگر اپنے مسائل کاغذ پر لکھ لیں اور غور سے دیکھیں تو عموماً ایک ہی خرابی کی وجہ سے کافی ساری الجھنیں اور پریشانیاں ہوتی ہیں. لیکن جب تک آپ یہ نہیں کریں گے تو آپ کو پانچ چھ قسم کے مسائل نظر آئیں گے اور آپ خود کو ان کے حل کرنے کے قابل نہیں پائیں گے. جب آپ کو اصل مسئلہ معلوم ہوگیا تو اس ایک مسئلے کو (یا پریشانیوں کی جڑ کو) ختم کرنے کے لیے عملی قدم باآسانی اٹھائے جاسکتے ہیں اور اگر آپ میں یقین موجود ہے تو کوئی بھی ایسا مسئلہ تھوڑے دنوں میں ختم ہو جائے گا.

لکھنا اس میں بڑا مفید ثابت ہوتا ہے، گوکہ اس کے اور بھی بے شمار فائدے ہیں جن کا آگے ذکر موجود ہے. ڈر و خوف عام زندگی پر بھی عجیب طریقے سے اثر انداز ہوتا ہے. میں ایک

دن اپنے افغانی دوست نعیم سے افغان روس جہاد کے بارے میں باتیں کر رہا تھا۔ نعیم اس میں شریک رہا تھا، پہلے افغان سرکاری فوجی کی حیثیت سے پھر مجاہد کی حیثیت سے وہ کہنے لگا کہ عجیب بات یہ تھی کہ جو لوگ جتنا موت سے ڈرتے تھے وہی موت کا شکار ہوتے تھے۔ نہ ڈرنے والے بہت کم جنگ میں کام آئے۔

بات دراصل یہ ہے کہ جس چیز سے آپ ڈریں وہ ہوگی۔

میں ایک دن اپنی بڑی بہن مسز لیاقت علی (چوہدری لیاقت علی MPA چکوال) کے ساتھ کار میں راولپنڈی جا رہا تھا، باجی کے بچے بھی ساتھ تھے۔ جب بھی کسی گاڑی کو اوورٹیک کرتا باجی اللہ اللہ کرنا شروع کر دیتیں۔ میں نے باجی سے پوچھا کہ آپ کی عمر اس وقت 36 سال ہے، کبھی کوئی کار کا خطرناک حادثہ ہوا۔ باجی نے کہا نہیں۔ میں نے کہا 36 سال کوئی حادثہ نہ ہوا اور اگلے 36 سال بھی زیادہ امکان ہے کہ نہیں ہوگا۔ آپ ہر ہفتے سفر کرتی ہیں، جیسے پنڈی یا لاہور جانا اور ہر وقت ڈرتی رہتی ہیں۔ یہ کیا عقل مندی ہے یہ مت کیا کریں۔

لیکن اکثر لوگ یہ اصول معلوم ہونے کے بعد بھی ڈرتے رہتے ہیں لیکن چونکہ حقیقت پتہ چل چکی ہوتی ہے اور حقیقت کا پتہ چلنے کے بعد تبدیلی لازمی ہے اس لیے کچھ عرصے کے بعد ان میں تبدیلی آنے لگ پڑتی ہے۔ خوف کی ایک قسم خود شرمندہ ہونے سے ڈرنا یا دوسروں کو شرمندہ کرنے سے ڈرنا بھی ہوتا ہے۔ اس میں بھی انسان کو چاہئے کہ درمیانہ راستہ اختیار کرے۔ کسی اہم آدمی کے سامنے یا انگلش وغیرہ بولتے وقت انسان کو غلطی کا ڈر ہوتا ہے تو وہ بات Tense ہو کر کرتا ہے، Relaxe ہو کر نہیں تو دوسرا شخص اسے سنتے وقت خود کو سکون میں محسوس نہیں کرتا اور اس کی بات زیادہ تر سننا پسند نہیں کرتا۔

ایسے ہی کسی گھبرائے ہوئے اور کم اعتماد والے بندے سے کسی امتحان وغیرہ میں اگر کوئی سوال پوچھا جائے تو وہ گھبرا کر خود اپنا ذہن ہلاک کر لیتا ہے اور اگر صحیح جواب دے بھی لیتا ہے تو عموماً ہاں اور نہ کی حد تک ہی جب کہ اعتماد والا اور نہ گھبرانے والا آدمی موقع اور وقت کے حساب سے تفصیل میں ایک پہلو پھر دوسرے تیسرے پہلو، سب کو بیان کرتا ہے۔ یہ کمزوری میں نے اکثر اپنے ملک کے لوگوں میں دیکھی ہے۔ اس کی وجہ ہمارا بنیادی تعلیم کا نظام ہے جس میں ڈنڈے سے ڈرا کر یا خود اعتمادی سکھائے بغیر ہمیں تعلیم دی جاتی ہے۔ جب کہ مغربی ملکوں میں خود اعتمادی سکھانے کی طرف شروع ہی سے توجہ دی جاتی ہے۔

ڈر خوف کو دور کرنا روحانیت کی ترقی میں بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے۔ پرانے وقتوں میں لوگ اس لیے بھی گھر بار چھوڑتے تھے کہ گھر سے دور خطرے میں رہنے سے انسان کی پوشیدہ صلاحیتیں باہر آتی ہیں، باہر روٹی کی کوئی گارنٹی نہیں ہوتی۔ ہنود کی تیاگ دنیا کا بڑا مقصد اصل میں یہی تھا۔ لیکن پھر ان کے مذہب میں برہمنوں نے ہر چیز گھر میں جمع کرنی شروع کر لی، بلکہ دیو داسیاں بھی۔

ہم لوگ ہر چیز میں سکیورٹی ہی ڈھونڈتے ہی رہتے ہیں حالانکہ کسی چیز کی سکیورٹی ہو ہی نہیں سکتی، ہمارے جسم جان کی بھی نہیں کہ کل ہم زندہ ہوں گے یا نہیں۔ جب ہماری جان کی ہی گارنٹی نہیں ہے تو پھر اور کسی چیز کی گارنٹی ہو سکتی ہے۔ ایک محاورا یہ بھی ہے کہ No Risk No Game پھر خطرات میں رہنے سے انسان کی شخصیت مضبوط اور خود اعتماد ہو جاتی ہے۔ مستقبل کی فکر کیے بغیر رہنے کا اپنا مزہ ہے، یہ بھی مزہ لیں۔ عام اصول یہ ہے کہ:

اگر آپ غربت سے ڈریں گے تو غربت آئے گی۔ اگر آپ بیماری سے ڈرتے ہیں تو آپ بیمار ہوں گے۔ اگر آپ حادثے سے ڈرتے ہیں تو حادثہ ہوگا۔ اگر آپ بے عزتی سے ڈریں گے تو بے عزتی ہوگی۔ اگر ڈرتے ہیں کہ آپ کو پیار نہیں ملے گا تو آپ کو پیار نہیں ملے گا۔ چوری سے ڈرتے ہیں تو چوری ہوگی۔ چوٹ سے ڈرتے ہیں تو چوٹ لگے گی۔ دھوکے سے ڈرتے ہیں تو آپ کے ساتھ دھوکا ہوگا۔

بہت سے لوگ کسی چیز یا خطرے سے صرف سوچ کر ہی ڈرتے ہیں جب وہ اس چیز یا خطرے کا سامنا کریں تو ان کو کوئی ڈر محسوس نہیں ہوتا۔ اگر ایسے لوگ یہ اصول نہ سمجھ سکیں تو پھر ساری عمر خود کو کسی نہ کسی چیز یا خطرے کا سوچ کر ڈراتے رہتے ہیں۔ جسمانی چوٹ یا تکلیف سے ڈرنے والا انسان بھی خود کو مکمل کہہ سکتا اور یہ ایک حقیقت ہے کہ اس طرح ڈرنے والا عالم تو بن سکتا ہے لیکن روحانی نہیں۔

روحانیت کے لیے ڈر ختم ہونا ضروری ہے۔

اسلام میں دلیری اور روحانیت دونوں بڑے تناسب سے موجود ہیں۔

اسلام کی روحانیت میں موت کا خوف ختم کرنے کے لیے مراقبہ موت بھی کرایا جاتا ہے۔ پھر زندگی اور موت کے بارے میں مسلمانوں کا بہت مضبوط عقیدہ ہے، مسلمان موت سے نہیں ڈرتا۔ حدیث پاک ہے ''موت ایک پل ہے جو دوست کو دوست سے ملا دیتا ہے۔'' مسلمان کو

صرف اللہ سے ڈرنے کی تاکید ہے جو قرآن پاک میں ہر قدم پر ہے۔ اسی کو اسلام میں تقویٰ بھی کہتے ہیں۔

اللہ سے ڈرنا ہی ہمارے مذہب کی بنیاد ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ صرف اللہ سے ڈرو اور باقی تمام خوف اپنے دل سے نکال دو۔ دراصل ڈر ہی آپ کو عام زندگی میں بھی محبوب کو ملنے سے روک دیتا ہے۔ اور اگر حقیقت میں دیکھا جائے تو ڈر ہی ہمیں روحانیت میں منزل پانے سے روکتا ہے، اور اللہ کو ملنے سے بھی اکثر یہی روکتا ہے۔

یہ یاد رکھیں کہ یقین کامل Faith کی موجودگی میں ڈر نہیں آسکتا، اس کا وہاں کوئی کام نہیں ہے۔ ہمارے دماغ کی پروگرامنگ اور ویژیولائزیشن کے باب میں میں نے تقریباً ہر قسم کے خوف کو دور کرنے اور اپنے آپ کو مضبوط اور کامیاب کرنے کی آسان عام فہم اور آزمودہ ترکیبیں لکھی ہیں، آپ ان کی طرف رجوع کریں۔ کسی بھی چیز سے ڈرنے والا جب بھی اس چیز کو سوچتا ہے تو وہ اس چیز کا ابھی سے سامنا کر رہا ہوتا ہے اگر وہ اس کا سو بار سوچتا ہے تو وہ سو بار اس کا سامنا کرتا ہے۔ جو کہ بعض اوقات حقیقت میں ایسا ہونے سے زیادہ شدید محسوس ہوتا ہے۔ یہ کتنی بڑی بیوقوفی ہے، آپ اندازہ کریں اس لیے کسی بھی غلط چیز کا سوچ کر مت ڈریں مسلمانوں کو اس میں توکل اللہ سے کام لینا چاہیے۔

بہت سے لوگوں میں خوف اپنی صحت، اخلاقیات اور اپنی Reputation کے بارے میں زیادہ حساس (Cautious) ہونے کی وجہ سے بھی آتا ہے۔ عموماً یہ بھی ہوتا ہے کہ انسان جس چیز سے ڈرتا ہے اس کے بارے میں سوچنے سے بھی ڈرتا ہے۔ حالانکہ اس کے بارے میں سوچنا، اس کی وجہ کو جاننا اور اسے ختم کرنا چاہیے۔

کسی آدمی کا حالات کی مشکلات کا ناقابل اصلاح مان لینا، ان سے متاثر (Impress) ہو جانا، ایسے حالات کو واقعی ناقابل حل بنا دیتا ہے، یہ بھی ڈر کی ایک قسم ہے کسی بھی قسم کے حالات سے ایمپریس نہ ہوں۔ اپنی کمزوریوں کو سمجھیں، ان کا سامنا کریں، مگر ان کو وہم نہ بنائیں۔ وہم ڈر کی سب سے خطرناک قسم ہے۔ جیسے بیمار لوگوں کے پاس رہنے والا اکثر بیمار ہو جاتا ہے، لیکن اگر کوئی وہمی اس بات کو پلے باندھ لے تو وہ لازمی بیمار ہو جائے گا۔ وہم سے ہر حالت میں بچیں۔ اگر وہم ہی کرنا ہے تو مثبت وہم کریں۔ خوش فہمی بدفہمی سے بہرحال بہتر ہوتی ہے۔

عام زندگی میں ڈر ختم کرنے کا سب سے آسان اور کارآمد طریقہ یہ ہے کہ آپ جس چیز

سے ڈرتے ہیں وہی اسی وقت اٹھ کر کریں، آپ کا ڈر ختم ہو جائے گا۔ پھر ایسا کرنے سے آپ کی خود اعتماد (Confidence) بھی بڑھ جائے گی۔ یہ عام ڈر ختم کرنے کا بڑا عملی اور فائدہ مند طریقہ ہے۔ ڈر و خوف کے بارے میں یہ یاد رکھیں کہ اگر کسی چیز یا واقعے سے انسان ڈرتا ہو تو اس کے بارے میں ہر بار سوچنا ایسے ہی ہے جیسے ذہن میں اس کی فلم چلانی اور جیسے آپ اس اصلی واقعے کا سامنا کر رہے ہوں۔ جتنی بار آپ اس کے بارے میں سوچتے ہیں اتنی بار آپ اس کا سامنا کرتے ہیں اور اس سے عجیب بات یہ ہے کہ ذہن جس واقعے سے ڈرتا ہے وہ وہی حالات بنا (Situation Create) کر لیتا ہے۔ یہ ذہن اور لاشعور کی طاقت کی ایک ادنیٰ سی مثال ہے۔ وہ آپ کو ان حالات میں کھینچ کر لے جاتا ہے۔ بنے ڈروں کو ختم کرنا بہت ہی لازم چیزوں میں آتا ہے۔

معاف کرنا

زندگی میں خوش رہنے کے اصولوں میں معاف کرنے کا بڑا حصہ ہے، ہر مذہب میں خصوصی طور پر اس کی ہدایت کی گئی ہے۔ روحانیت میں ترقی کرنے والے کو خصوصی احتیاط ضرورت ہوتی ہے کہ وہ کسی کا نقصان نہ کریں۔ اس کتاب میں میں نے خصوصاً احتیاط کر رہا ہوں کہ سنی سنائی باتوں یا دوسری کتابوں سے پڑھی ہوئی باتوں کے بجائے وہی چیزیں بیان کروں جو میرا دل مانتا ہے اور بارہا تجربے میں وہ صحیح ثابت ہو چکی ہیں۔

میرے نزدیک یہ بہت اہم ہے کہ روحانیت والا لوگوں کو معاف کرنا سیکھے۔ کیونکہ روحانیت میں کچھ کامیابی حاصل ہونے کے بعد ان لوگوں کا یقین اور ان کی انرجی عام لوگوں سے بہت زیادہ ہو جاتی ہے۔ وہ اگر کسی کو دعا دیں تو بھی لگتی ہے اور بددعا دیں تو اس کا بھی فوراً اور یقینی اثر ہوتا ہے۔ اس لیے اگر ایسا شخص اپنے دشمنوں کو معاف کرنا نہ سیکھے تو پھر وہ ان کا نقصان ہی کرتا رہے گا۔

روز کسی نہ کسی کی سختی آئی رہے گی اور ان کے نقصان کے نتیجے میں اس شخص کی نیکیاں ضائع یا گناہ زیادہ ہوتے رہیں گے اور اس کی ترقی رکنی شروع ہو جائے گی۔ معاف کرنے میں سب سے بڑا درجہ اس صورت میں ہوتا ہے کہ آپ بدلہ لینے کی طاقت رکھنے کے باوجود کسی کو معاف کردیں۔ اور اگر آپ ایسا کریں گے تو روحانیت میں آپ کے درجے بڑے جلدی بڑھیں گے

روحانیت والوں کو تو چاہئے کہ وہ اپنے دوست بنائیں.

مولانا جلال الدین رومی فرماتے ہیں "آزاد مرد وہ ہے جو کسی کے رنج دینے سے رنجیدہ نہ ہو اور جوانمرد وہ ہے جو رنج کے مستحق کو رنج نہ دے." معاف کرنے میں یہ بھی ہے کہ آپ خود کو معاف کرنا سیکھیں. یہ اس طرح ہوتا ہے کہ آپ نے کوئی گناہ کیا ہے جو آپ کے ذہن یا لاشعور میں بیٹھا ہوا ہے اور انسان اس کی وجہ سے خود کو سزا دے رہا ہوتا ہے. انسان کی روح انصاف پسند ہے، یہ خود سے بھی انصاف کرتی ہے. خود کو غلطیوں کی سزا دیتی رہتی ہے. لیکن اگر کوئی غلطی یا گناہ انسان کے اندر بیٹھ جائے تو پھر انسان خود کو بعض اوقات ضرورت سے زیادہ سزا دے لیتا ہے.

اس لیے بہتر طریقہ یہ ہے کہ گناہ یا غلطی کی اللہ تعالیٰ سے معافی مانگیں اور معافی مانگتے وقت ذہن میں یہ ہو کہ میں انشاء اللہ یہ غلطی دوبارہ نہیں کروں گا. اس توبہ کے بعد اس غلطی کو بالکل بھول جائیں. انسان کا ضمیر مطمئن نہ ہو تو وہ انسان کو لازمی اس کے کیئے کی سزا دیتا ہے. مالی نقصانات بیماریاں اور کئی قسم کی ذہنی پریشانیاں انسان کو اس وجہ سے بھی گھیرے رہتی ہیں کہ اس کا ضمیر مطمئن نہیں ہے. اس لیے انسان کو چاہئے کہ اللہ سے معافی مانگے اور خود کو معاف کیا کرے.

کوئی آپ سے زیادتی کرتا ہے تو اس کا جواب دینے کے تین طریقے ہیں.

پہلا یہ کہ اس سے واپس ایسا ہی برتاؤ کیا جائے یا اسے حسب توفیق بددعا دی جائے، سالکوں کیلئے یہ ناپسندیدہ طریقہ ہے.

دوسرا طریقہ یہ ہے کہ اس زیادتی کا بدلہ اللہ پر چھوڑ دیا جائے. اس صورت میں تجربے میں اکثر آیا ہے کہ زیادتی کرنے والے کو اس کے کیئے کی سزا ملتی ہی رہتی ہے. پھر بھی یہ نسبتاً بہتر طریقہ ہے.

تیسرا طریقہ ہے کہ ایسے شخص کو اللہ کی خوشنودی کے لیے معاف کر دیا جائے کہ آخر وہ بھی بے وقوف انسان ہے، یہ جوانمردوں کا طریقہ ہے.

عام زندگی میں بھی میں نے اکثر دیکھا ہے کہ ہم میں سے اکثر لوگ اپنے آس پاس کے کسی اہم آدمی یا اپنے باس (Boss) وغیرہ کی کسی ایک عادت سے تنگ آجاتے ہیں. عموماً یہ عادت اس کا اپنے آپ کو عقل مند سمجھنا وغیرہ قسم کی ہوتی ہے اور پھر بہت سے لوگ اسی وجہ سے اسے بددعائیں تک دیتے رہتے ہیں، ان کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ اس آدمی کا یہ غرور ٹوٹے. مگر خود انہیں یہ یاد رکھنا چاہئے کہ انسان خطا کا پتلا ہے، غلطی سے پاک صرف اللہ کی ذات ہے. ہم

سب میں بھی اسی قسم کی کوئی نہ کوئی خرابی موجود ہوتی ہے. اس لیے ہمیں چاہئے کہ اس شخص کی ایک آدھ خرابی نظر انداز کر دیا کریں یا دوسرے لفظوں میں اسے اس خرابی کی معافی دے دیا کریں. یہ چیز ہمارے اتحاد کی سب سے بڑی دشمن ہوتی ہے. ایسی بری خواہشیں اکثر پوری ہو جایا کرتی ہیں، اس لیے ایسا نہیں سوچنا چاہئے. ہمارے معاشرے میں رشتے برادریوں میں حسد دشمنی کی ایک بڑی وجہ یہی ہوتی ہے. ہر ایک کی ایک آدھ کمزوری کو نظر انداز کرنا سیکھیں. پھر آپ خاصے سکون میں رہا کریں گے.

غصہ

ذہنی سکون اور خوش رہنے کے لیے غصے سے بچتے رہنے کی بڑی ضرورت ہے.

حدیث نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے کہ پہلوان وہ نہیں جو کسی کو پچھاڑے بلکہ پہلوان وہ ہے جو اپنے غصے کو ضبط کرے. ہر ایک سمجھدار آدمی یہ کہتا ہے کہ جہاں تک ہو سکے غصے سے بچیں. کیونکہ غصے کی حالت میں عقل ماری جاتی ہے، انسان کچھ بھی کر سکتا ہے جو کہ عام گالی گلوچ سے لیکر کسی کو قتل کرنے تک ہو سکتا ہے. پھر جب غصہ اترتا ہے تو انسان اپنے کیئے پر پچھتاتا ہے. بقراط کہتا ہے "غصہ کبھی کبھی قابل سے قابل انسان کو بھی بے وقوف بنا دیتا ہے"

اس کا مرکز دماغ نہیں بلکہ انسان کا دل بیان کیا جاتا ہے، اسی طرح دوسرے جذبات جیسے پیار وغیرہ کا مرکز بھی دل ہی ہوتا ہے. گو کچھ لوگ پیار بھی دماغ سے ہی کرتے ہیں اور پیار میں بھی ہر وقت نفع نقصان سوچتے رہتے ہیں. قابل رحم ہیں یہ لوگ. غصہ کا تو معلوم ہو گیا کہ غصہ تو بری چیز ہے. اب اس سے بچنے کی ترکیب کیا ہے اور اس کا علاج کیا ہے. بات یہ ہے کہ علاج جس چیز کا بھی کیا جاتا ہے، پہلے اس کو سمجھیں کہ اس کی وجہ کیا ہے اور یہ کہاں سے پیدا ہوا ہے؟ پیار اور غصہ عام سطحی دماغ کی پیداوار نہیں، بلکہ یہ زیادہ گہرائی سے آتے ہیں. آپ یہ کہہ سکتے ہیں کہ یہ دل کی پیداوار ہیں اور جب غصہ آتا ہے تو ذہن کام کرنا چھوڑ دیتا ہے.

اس کا علاج کرنے کے دو طریقے ہیں. پہلا طریقہ تو عام لوگوں کو معلوم ہے کہ آپ غصے کو کنٹرول کریں، اس کے لیے آپ کو اپنی قوت ارادگی استعمال کرنی ہوگی آپ کی قوت ارادگی جتنی مضبوط ہوگی آپ غصے کو قابو کرنے میں اتنا ہی جلدی کامیاب ہوں گے. اس کی ایک ترکیب اسلام میں یہ بتائی گئی ہے کہ جب غصہ آئے تو آپ وضو کر لیں غصہ غائب ہو جائے گا،

جو بڑی اچھی ترکیب ہے. لیکن اگر غصے ہونا عادت میں شامل ہو جائے تو اس کو ختم کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ جب بھی آپ کو غصہ آئے تو آپ خاموش بیٹھ کر اپنے ذہن میں اس کو محسوس کریں، اپنے غصے کی حالت کی فلم دماغ میں دوہرائیں یہ چیز آپ چند منٹ تک کریں. اس میں غصے کو دبانے کی کوشش نہ کریں بلکہ چپ چاپ اس کو محسوس کریں، دیکھیں کہ یہ کیا چیز ہے. چند بار ایسا کرنے کے بعد آپ کو غصہ آنا بند ہو جائے گا.

اس سے دور رہنے کی ترکیب یہ ہے کہ آپ اس سوچ یا غصے کو آنے دیں. اسے ذہن کی فلم میں دیکھیں، اسے محسوس کریں کہ وہ کیا ہے. ایسا چند بار کریں، پھر آپ دیکھیں گے کہ آپ کو غصہ آنا بند ہو جائے گا. ایسے کرتے وقت اگر آپ یہ تصور کریں کہ غصہ آپ کو نہیں کسی دوسرے کو آرہا ہے، آپ علیحدہ ہیں اور بیٹھے دیکھ رہے ہیں، تو نتیجہ اور بھی اچھا نکلے گا. لیکن ایسا کرنے میں انسان کو زیادہ یقین کا مالک ہونا چاہئے. ہر آدمی کے لیے یہ آسان نہیں حالانکہ یہ ترکیب ہر بری عادت کی اصلاح کیلئے بڑی کامیابی سے استعمال کی جا سکتی ہے، چاہے انسان کو کھانے کا زیادہ شوق ہو یا کپڑوں میں زیادہ دلچسپی ہو. ایسے کرنے سے آپ کی وہ عادت تھوڑے ہی دنوں میں ختم ہو جائے گی. اس کی بہترین ترکیب یہ ہے کہ ہر روز ایک مخصوص وقت پر پندرہ بیس منٹ خود کو یہ کرتے دیکھیں. ایسے دیکھیں کہ جیسے ٹی وی پر فلم دیکھ رہے ہیں. دو تین ہفتے میں وہ عادت ختم ہو جائے گی. غصے میں آپ یہ بھی دیکھیں کہ آپ کو جس بات پر غصہ آیا ہے کیا وہ واقعی اہم ہے. عموماً ہم چھوٹی موٹی چیزوں پر بلاوجہ ہی ناراض ہوتے رہتے ہیں. ہمارا اکثر ایسا کرنا بلاوجہ ہوتا ہے.

دلچسپ بات یہ بھی ہے کہ عموماً سچے اور کھرے شخص کو ہی غصہ آتا ہے، چور کیا غصہ کرے گا اور جھوٹا حرام خور یا راشی اس کے ساتھ گزارا کیسے کرے گا.

نفرت

مغرب کی ایک کہاوت ہے کہ حیرانی ہے کہ لوگ نفرت کرتے ہیں، حالانکہ زندگی محبت کرنے کے لیے بھی تھوڑی ہے. نفرت کی پیداوار غصہ ہے اور غصہ عقل کا دشمن ہوتا ہے. غصہ تو چلیں آپ گالی گلوچ کر کے ختم کر لیتے ہیں، لیکن نفرت آپ کے اندر بیٹھی رہتی ہے. آپ کا دماغ خراب کرتی رہتی ہے.

نفرت میں آپ کسی کا نقصان کر سکتے ہیں اور حقیقت یہ ہے کہ روحانیت والوں کے لیے

کسی نقصان کا کرنا بڑا آسان ہوتا ہے لیکن اگر آپ کو یہ طاقت مل گئی ہے تو آپ اس کے ذمہ دار ہیں کہ اسے اچھی طرح استعمال کریں. لوگوں کے بھلے میں استعمال کریں نہ کہ انہیں نقصان دینے میں. نفرت سے ہی سب دشمنیاں اور فساد چلتے ہیں اور غور کیا جائے تو ایسا کرنے کی عموماً کوئی خاص یا معقول وجہ بھی نہیں ہوتی. یہ ایک حقیقت ہے کہ آدمی جس چیز کو دل میں بٹھا لیتا ہے اسے ہر طرف وہی نظر آتی ہے. نفرت کو سوچنے والا جب اسے دل میں بٹھا لے تو پھر اسے ہر طرف نفرت ہی نفرت نظر آتی ہے.

اس دنیا کا یہ اصول ہے کہ جو چیز بھی آپ آگے بھیجتے ہیں وہی واپس آتی ہے، پیار کی سوچ بھیجیں تو پیار واپس آئے گا نفرت کی سوچ گئی تو نفرت ہی واپس آئے گی. نفرت ایک منفی سوچ ہے، ہر منفی سوچ غلط ہوتی ہے. اگر آپ کو کوئی شخص برا لگتا ہے تو بہتر ہے اس کے بارے میں سوچیں ہی نہیں. کیونکہ ایسا کر کے آپ اپنا دماغ ہی خراب کریں گے. لڑائی جھگڑا مار کٹائی سب عموماً اسی طرح شروع ہوتے ہیں، لوگوں کو معاف کرنا سیکھیں.

ایک منفی سوچ کے بعد دوسری منفی سوچ آتی ہے، پھر ان کی قطار لگ جاتی ہے اس لیے بہتر ہے کسی کے بارے میں غلط سوچ کو شروع ہی میں ختم کر دیا جائے. لوگ یہ بھی کہتے ہیں کہ برائی کرنے والے سے بھی نفرت کرنا بری بات ہے (یعنی نفرت کسی سے بھی نہیں کرنی چاہئے)

لارڈ بائرن نے کہا ہے کہ نفرت دل کا پاگل پن ہے.

خواہ مخواہ نفرت کرنا گناہ کے علاوہ بے وقوفی میں بھی آتا ہے.

خودغرضی

خودغرضی ایک ایسی عادت ہے جس سے بچنا ہی چاہئے. کیونکہ جیسے آپ ہیں ویسے ہی لوگ آپ کو ملتے ہیں. اگر آپ خودغرض ہیں تو آپ کو بھی خودغرض لوگ ہی ملیں گے. اس کے علاوہ اپنی عادتوں کو کوئی بھی زیادہ عرصہ قریبی لوگوں سے مخفی نہیں رکھ سکتا، ان کو جلد یا بدیر اس کا علم ہو جاتا ہے. خودغرض آدمی کی کوئی عزت نہیں کرتا، کوئی اس کا حقیقی دوست نہیں بنتا. خودغرضی لالچ میں بھی آتی ہے جس سے سب کا بچنا ضروری ہے.

بہرحال عام دنیاوی کام کاج میں مصروف رہنے والے کے لیے یہ آسان نہیں ہے کہ وہ ہر وقت بے غرض رہے. وہ ایسے رہ سکتا ہے، لیکن اس کو چاہئے کہ اس چیز کو عقل مندی سے کرے.

کیونکہ ہر چیز کو کرنے کے دو طریقے ہوتے ہیں، ایک صحیح اور ایک غلط. دنیاوی زندگی کی مسابقت میں عموماً ایسے مواقع آجاتے ہیں کہ ایک سیڑھی ہے دو چڑھنے والے، یا ''جام اکیلا ہے مگر جام کے طلب گار دو''. ایسے موقعوں پر اگر آپ دوسرے کو دھکا نہیں ماریں گے تو آپ کو دھکا دے دیا جائے گا. اس وقت آپ کو اجازت ہے کہ آپ دھکا دے دیں.

یہ بے غرضی کو عقل مندی سے استعمال کرنے کی مثال ہے. لیکن یہ زندگی میں چند ایک بار ہی کریں، دوسروں کو دھکا دینا عادت ہی نہ بنالیں. آپ کو دھکا دینے کی اجازت بھی اس لیے ہے کہ کامیابی کے بعد آپ اپنے پہلے رقیب کے مقابلے میں اچھے اور نیک کام زیادہ کریں گے. جب کہ وہ شخص اپنی اس کامیابی کے بعد اختیار میں آ کر دوسرے لوگوں کا زیادہ نقصان کر سکتا تھا.

ویسے بھی کبھی کبھی ایک گناہ بعد کے سو گناہوں سے بچا لیتا ہے. پھر مت بھولیں کہ دنیا میں اچھے اور برے کی جو جنگ ہو رہی ہے اس میں اچھوں کا زیادہ طاقت میں رہنا ضروری ہے تو نروان (دائمی سکون) مل جاتا ہے.



باب نمبر۴

مثبت عادات(Optimism)

مثبت سوچنا(Optimism)

ایمان مثبت سوچ کا ہی نام ہے۔ ہر حال میں پر امید رہنے کو آپ مثبت سوچ کہہ سکتے ہیں دنیا میں تمام مکتبہ فکر کے لوگ اس بات پر متفق ہیں کہ مثبت سوچ ہی ہر کامیابی کی بنیاد ہے.

دنیا میں جتنے بھی مذہب آئے ان سب کے بنیادی پیغام میں یہ بات شامل ہے. اسلام کے بنیادی پیغام میں پر امید رہنا شامل ہے. ناامید یا مایوس ہونے کو کفر کہا گیا ہے اور منفی سوچ بھی مایوسی لاتی ہے. جب کہ ہر حالت میں پر امید رہنا، بہتری اور کامیابی کی امید رکھنا مثبت سوچ کہلاتا ہے. پر امید رہنے والا کبھی مایوس نہیں ہوا کرتا چاہے حالات جیسے بھی ہوں.

مغرب میں اس موضوع پر ہزاروں کتابیں لکھی جا چکی ہیں جو آپ کو اکثر کتب خانوں پر مل سکتی ہیں. مثبت سوچنے والا ہر حال میں منفی سوچنے والے کی نسبت فائدہ میں رہتا ہے. نفی سوچنے والے کو ہر کام میں ناکامی کا ڈر ہوتا ہے اور جس چیز سے ڈر ہو وہ انسان اسے اپنی طرف کھینچتا ہے. لوگ یہ کہیں گے کہ اگر وہ ہر چیز کے بارے میں مثبت ہی سوچتے رہیں تو وہ نقصان بھی اٹھا سکتے ہیں. یعنی کاروباری یا مادی زندگی میں وہ اگر ہر کسی کے بارے میں مثبت سوچیں تو وہ اپنا نقصان بھی کر سکتے ہیں کہ مثلاً آپ دوکاندار ہیں، آپ نے مثبت سوچ کے چکر میں کسی کو ادھار دے دیا اور وہ آدمی پھر دوبارہ نظر ہی نہ آیا.

یا آپ ہر ایک کو گھر میں آنے دیں مثبت سوچ کر اور اعتبار کر کے تو اس کا غلط نتیجہ بھی نکل سکتا ہے. ایسے ہی بے شمار اعتراضات ہو سکتے ہیں. جو لوگ یہ کہتے ہیں وہ بھی غلط نہیں ہیں. بات یہ ہے کہ ہر چیز کو کرنے کے دو طریقے ہوتے ہیں، عقل مندانہ اور بیوقوفانہ. یا صحیح اور غلط. عقل مند ہر چیز کو بہتر طریقے سے کرتا ہے اور بے وقوف ہر چیز کو غلط طریقے سے کرتا ہے. مثلاً مذہب بے وقوفوں کے ہاتھوں میں فی سبیل اللہ فساد ہے. عقل مند کی زندگی اس سے جنت بن جاتی ہے، وہ اپنا بھی بھلا کرتا ہے اور دوسروں کا بھی.

کاروباری یا عملی زندگی میں بھی آپ نے اس چیز کو عقل مندانہ طریقے سے استعمال کرنا

ہے کاروبار میں آپ ہر ایک پر اعتبار نہیں کر سکتے آپ کو اس شخص کا گزشتہ ریکارڈ، اس کی عادتیں اور حالات معلوم ہونے چاہئیں۔ لیکن پھر بھی سوچ مثبت ہی رکھیں کیونکہ منفی سوچ رکھنے والا کسی کے بارے میں اچھی سوچ نہیں رکھتا اور اس کا کوئی حقیقی دوست نہیں ہوتا، ساری دنیا اس کے نزدیک غلط ہوتی ہے اور اسے واقعی ہی ایسے لوگ ڈھونڈ ڈھونڈ کر ملنے آتے ہیں۔

اگر آپ کسی کو اپنا دشمن مان لیں حالانکہ وہ شخص آپ کا دوست ہو تو وہ چاہے کچھ بھی کرے آپ کو برا ہی لگے گا۔ وہ آپ کے بھلے کی کوئی بھی بات کرے آپ کو اس میں کسی چکر کی ہی بو آئے گی کہ ایسا کہنے میں بھی اس کا کوئی لالچ ہے۔ اب ایسے سوچنے کی وجہ سے کچھ عرصے کے بعد اس شخص کو محسوس ہو جائے گا اور وہ واقعی آپ کا دشمن ہو جائے گا یا اگر وہ عقل مند ہے تو آپ کا دوست نہیں رہے گا۔ اب کسی دشمن کو آپ دوست مان لیں تو چاہے وہ کچھ غلط ہی نیت سے کچھ کہے آپ کو اس کی بات ٹھیک ہی لگے گی، یا آپ کہیں گے کہ وہ بیوقوفی کر رہا ہے اس کی نیت خراب نہیں۔ ایسا سوچنے سے آہستہ آہستہ آپ کے دشمن بھی دوست بن جائیں گے۔ دوسری طرف آپ اپنے دوستوں کے بارے میں منفی سوچ کر سب کو اپنا دشمن بنا سکتے ہیں، دراصل ہم اپنا اچھا برا خود ہی تخلیق (Create) کرتے ہیں۔

1996ء کی بات ہے میں ایمسٹرڈیم میں فونڈل پارک میں دھوپ سینکنے گیا، وہاں مجھے اپنی ایک واقف Tarot Cards (قسمت دیکھنے والے تاش کے پتے) دیکھنے والی جرمن عورت ملی۔ میں بیٹھ کر گپ شپ میں لگ گیا، اتنے میں دو اور جرمن عورتیں وہاں آ گئیں ان تینوں کی عمریں 30 سے 40 سال کے درمیان ہو گی۔ نفسیات و روحانی مسئلوں پر بات چل رہی تھی۔ ایک نئی آنے والی عورت کہنے لگی "دو سال پہلے میری زندگی میں پریشانیاں ہی پریشانیاں تھیں، کبھی میرا فریج خراب ہو جاتا کبھی کپڑے دھونے کی مشین کا پائپ پھٹ جاتا جس کا پانی پڑوسیوں کی طرف نیچے چلا جاتا اور ان سے منہ ماری ہوتی اور پریشانیاں تھیں، اپنے خاوند سے بھی علیحدگی ہو رہی تھی اور اب مجھے معلوم ہوا ہے کہ یہ سب کچھ میں خود ہی بناتی Creat کرتی تھی، ان سب خرابیوں کی وجہ میری بے صبری اور منفی سوچ تھی۔ اب مجھے سمجھ آ چکی ہے، اب یہ چیزیں بالکل نہیں ہوتیں۔

حقیقت یہی ہے کہ منفی سوچ کی کوئی حد نہیں، آپ اپنے لیے ہر قسم کی پریشانیاں خود ہی کھڑی کرتے ہیں۔ عام لوگوں کو یہ سمجھ نہیں آئے گی کہ آخر ان ذہنی پریشانیوں کا مشینوں پر کیا اثر

ہوتا ہے۔ دراصل کوئی ڈائریکٹ اثر نہیں ہوتا مگر بے چین اور منفی سوچنے والا آدمی ایسی خراب ہونے والی چیزیں خریدتا رہتا ہے، چونکہ اس کے ذہن میں پریشانیاں ہی کھڑی ہوتی ہیں اس لیے اسے پریشانیاں ہی ملتی ہیں جیسے پاکستان میں کوئی بکری خرید لیتا ہے کوئی پرانی کار لے لیتا ہے، وجہ یہی ہے۔

دوسری مثال یہ ہے کہ ایمسٹرڈیم میں میری دو ٹیلی فون کی دکانیں ہیں، ایک دوکان سنٹرل سٹیشن کے پاس ہے جس کے پیچھے ایک ریسٹوران بھی بنا ہوا ہے، میں اسی دوکان کے اوپر ایک فلیٹ میں رہتا ہوں۔ یہ بھی 1996ء کی بات ہے۔ ایک صبح میں دوکان میں داخل ہوا اور اپنے افغانی ملازم نادر سے سلام دعا لی۔ اس وقت وہ گاہکوں کی وجہ سے مصروف تھا، میں نے اس سے پوچھا کہ چائے پیو گے کیونکہ میں خود پینا چاہتا تھا۔ اس کے پاس ہی دو پاکستانی بیٹھے ہوئے تھے، چالیس سے پچاس برس کے درمیانی عمر کے ہوں گے، خاصے معزز نظر آ رہے تھے۔ نادر کی ہاں سنتے ہی میں کچن کی طرف چلا تو پاکستانیوں میں سے ایک بولا کہ ہمارے لیے بھی دو کپ چائے بنا دیں۔ میں نے چائے بنائی اور سب نے پی ساتھ ہی گپ شپ شروع ہو گئی تھوڑی دیر کے بعد وہ جیب سے پیسے نکال کر دینے لگے میں نے پوچھا "کیا ہے" وہ کہنے لگے کہ چائے کے پیسے ہیں۔ میں نے انہیں کہا کہ میں اپنے اور نادر کے لیے بنا رہا تھا آپ کو بھی پلا دی۔ اس کے پیسے کیا ہوئے، آپ پاکستانی بھائی ہیں۔ وہ کہنے لگے کہ باہر ریسٹورنٹ کا بھی بورڈ لگا ہوا ہے۔

خیر میں نے پیسے نہ لئے۔ ایک صاحب بوجہ کاروبار جدہ اور دوسرے صاحب راولپنڈی سے تشریف لائے تھے، انہوں نے گاڑی وغیرہ کرائے پر لینی تھی۔ میں نے ان کو ایک دوست کی دوکان کا پتہ بتا کر اپنا کارڈ ساتھ دیا کہ وہ جا کر میرا بتائیں، ان کی سب مدد کی جائے گی۔ وہ چلے گئے شام کو وہ پھر واپس آئے۔ خاصے شکر گزار تھے کیونکہ وہاں سے انہیں سستے اور اچھے ہوٹل کا پتہ بھی مل گیا تھا، وہ سب کچھ کر کے اپنا کاروباری چکر بھی لگا آئے تھے۔ ان سے مزید گپ شپ ہوئی، روحانیت پر بات چل گئی۔ میں نے انہیں بتایا کہ ہر آدمی اپنی قسمت کو اپنی طرف کھینچتا ہے، جواری جواری کو، چور چور کو، اچھا اچھے کو، شرابی شرابی کو، یہ کشش (Atraction) کا اصول ہے۔

ان میں سے ایک صاحب کہنے لگے کہ آپ کی بات صحیح ہے، ہم بھی جہاں جاتے ہیں ہمیں اچھے لوگ مل جاتے ہیں، ہم اس وقت فرانس سے آ رہے ہیں، وہاں پر ایک پاکستانی ریٹائرڈ فوجی کے ہوٹل میں ٹھہرے، وہ بڑا اچھا آدمی تھا اس نے بڑی خاطر و مدارت کی۔ جب ہم

آرہے تھے تو وہ کرایہ نہیں لے رہا تھا۔ جب ہم نے بہت ضد کی تو پھر اس نے صرف آدھا کرایہ لیا. بات یہ ہے کہ ہمارے دل صاف ہیں جس کی وجہ سے ہم میں کوئی شک شبہ نہیں ہے، ہم جہاں جاتے ہیں ہمیں اچھے لوگ مل جاتے ہیں. وہ بڑے معقول لوگ تھے، ان کی بات بالکل صحیح تھی. مثبت سوچ جب اندر بیٹھ جاتی ہے تو پھر کوئی منفی چیز آپ کی طرف آئے گی. کوئی غلط آدمی آپ کی زندگی میں داخل نہیں ہو سکتا. میرا یہ خود عملی زندگی میں ہر طرف سے پرکھا ہوا تجربہ ہے. اس کی آپ کو ہزاروں مثالیں دی جا سکتی ہیں لیکن مثال کے لیے یہی دو ذاتی تجربے کافی ہیں.

اہم بات یہ بھی ہے کہ آپ مثبت سوچ کے بغیر خوش ہی نہیں رہ سکتے. لوگوں کے بارے میں منفی سوچنے والے اپنا دماغ خواہ مخواہ ہی خراب کرتے ہیں. جہاں تک ہو سکے لوگوں کے بارے میں مثبت سوچیں، ایسا کرنے سے آپ بہت سی خواہ مخواہ الجھنوں اور Stress سے بچ جائیں گے اور یہ دنیا بھی آپ کو بہت اچھی جگہ نظر آئے گی.

دنیا جنت ہے یا دوزخ، یہ آپ کی سوچ پر ہی انحصار کرتا ہے. انسان کی نفسیات میں یہ بات شامل ہے کہ وہ اگر ایک بری یا منفی بات سوچتا ہے تو پھر بری اور منفی سوچوں کی ایک قطار لگ جاتی ہے اور ایک کے بعد دوسری تیسری چوتھی ایسی ہی سوچ آتی چلی جاتی ہے. ایسا سوچنے سے انسان کی توانائی پر بھی برا اثر پڑتا ہے، جب وہ کم ہو جاتی ہے انسان اور اداس (Depress) ہو جاتا ہے، پھر غلط سوچوں کو اور آسانی ہو جاتی ہے.

اس لیے چاہیے کہ منفی سوچ ذہن میں آتے ہی اسے شروع میں ہی جھٹک دیں اور مثبت چیزوں کے بارے میں سوچنا شروع کر دیں. مثبت باتوں کو سوچنے سے انسان کو سکون اور توانائی ملتی ہے اور ایک کے بعد دوسری پھر تیسری مثبت سوچ کی قطار لگ جاتی ہے.

گناہ، احساس گناہ، ضمیر، احساس کمتری، ماضی کی کوتاہیاں و غلطیاں، جادو وغیرہ سب سوچوں کے پیچھے یہی اصول کام کرتا ہے. اہم بات یہ ہے کہ منفی سوچ تو غلط ہے ہی مگر اس کا دہرانا بہت خطرناک ہوتا ہے، اس زہر کو ذہن سے نکالنا بڑا ضروری ہوتا ہے ورنہ یہ سوچ آپ کو پیچھے سے پیچھے لے جاتی ہے. سوچنے والوں کو اور بھی کئی چیزیں اس پیغام میں مل سکتی ہیں. اسی طرح اچھی سوچوں کو دہرانا ہی روحانیت کی بنیاد ہے. مگر اس میں بھی بڑی چیزوں کو ہی دہرائیں، چھوٹی چھوٹی چیزوں کے پاس ہی نہ گھومتے رہیں. زیادہ منفی سوچنے والا آہستہ آہستہ دنیا کو منفی سوچ کی عینک لگا کر دیکھنا شروع کر دیتا ہے اور پھر اس کے نزدیک دنیا ایک بری جگہ

بن جاتی ہے، پھر وہ بری جگہ کا مقابلہ کرنے کے لیے خود کو تیار کرتا ہوا خود غرض اور برا بنتا چلا جاتا ہے. دنیا کو برا کہنے والا عموماً خود برا ہوتا ہے، اچھا کہنے والا خود اچھا ہوتا ہے. اس میں سمجھنے والی بات یہ ہے کہ ایک دو دشمنوں کو برا کہنے والا عام آدمی برا نہیں ہوتا مگر زیادہ تر لوگوں کو برا سمجھنے والا برا ہوتا ہے یا بنتا جاتا ہے. بہر حال اس چیز کو بیوقوفانہ طریقے کے بجائے عقل مندانہ طریقے سے کریں.

اعتدال ایک صحیح طریقہ ہے نہ اتنے میٹھے بنو کہ ہر کوئی کھا جائے، نہ اتنے کڑوے کہ ہر کوئی تھوتھو کرے.

کسی چیز کا مشکل ہونا سوچنے سے وہ چیز مشکل ہو جاتی ہے. جو کام بھی آپ کر رہے ہیں اگر اسے کرتے وقت آپ نے سوچا کہ یہ مشکل ہو جاتی ہے. جو کام بھی آپ کر رہے ہیں اگر اسے کرتے وقت آپ نے سوچا کہ یہ مشکل ہے تو پھر آسان سا کام بھی مشکل ہو جاتا ہے اور اگر آپ یہ سمجھیں کہ یہ آسان ہے اور میں اسے با آسانی کر سکتا ہوں تو اسے آپ با آسانی کر لیں گے.

کسی بھی چیز یا پہلو پر زیادہ توجہ (Concentrate) کرنے سے وہ چیز انسان میں آ جاتی ہے کمزوری پر کنسنٹریٹ کرنے اور دیکھنے سے کمزوری آ جاتی ہے اور غربت پر کنسنٹریٹ کرنے سے غربت آ جاتی ہے. اس لیے چیزوں کے منفی پہلو کی طرف زیادہ توجہ نہ دیں. اس کے بجائے مثبت پہلوؤں اور اچھی چیزوں پر متوجہ ہوں. اپنی کامیابیوں سے سبق سیکھیں اور انہیں مستقبل کی کامیابیوں کی تربیت کا حصہ سمجھیں.

یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ جو بھی سوچ یا جذبات کسی کو بھیجے جائیں وہ انسان کے پاس واپس آتے ہیں، دعا دو تو دعا واپس آتی ہے بددعا دو تو بددعا واپس آتی ہے. محبت تو محبت، نفرت تو نفرت. اس لیے خاص احتیاط کریں کہ آپ اپنے آس پاس لوگوں کو کیا دے رہے ہیں. اگر آپ کسی کو بددعا دیتے ہیں اور یہ اس آدمی تک نہیں پہنچتی تو وہ بددعا آپ کے پاس واپس آ کر لگے گی اور آپ کا نقصان کرے گی. یہ کشش (Attraction) کے اصول کی اہم باتیں ہیں.

لوگوں کے بارے میں مثبت سوچیں، صحیح لوگوں پر اعتبار کرنا سیکھیں. جب کوئی آدمی کسی پر اعتبار نہیں کرتا تو اس کا مطلب یہ ہے کہ اسے خود اعتماد نہیں ہے. لوگ یہ کہتے ہیں کہ کسی پر اعتبار کر کے دھوکا کھا لینا ہر وقت شک و شبہے میں رہ کر کسی پر آدھا اعتبار کرنے سے بہتر ہے، کیونکہ ایسا شخص خوش نہیں رہتا. کسی پر بھی اعتبار نہ کرنے والا شخص کبھی خوش نہیں رہتا.

کسی پر اعتبار کرتے وقت اگر آپ اسے بتائیں کہ وہ ایک اچھا شخص ہے اور آپ اس پر پورا بھروسہ اور اعتماد کرتے ہیں، تو عموماً وہ شخص آپ کے اعتماد پر پورا اترنے کی کوشش کرتا ہے۔ کسی پر آدھا اعتبار کیا جائے تو پھر دوسرا شخص آپ کی کم ہی پروا کرے گا۔ حضرت ابوبکر صدیقؓ کا فرمان ہے "زبان کو شکوے سے روکو، خوشحال زندگی عطا ہوگی"، جو لوگ برے حالات کا شکوہ کرتے رہتے ہیں ان کے حالات برے ہی رہتے ہیں۔ اس کی وجہ سمجھانے میں آپ کو جادو کی مثال بھی دی جاسکتی ہے۔

جادو کا اصول یہ ہے کہ آپ جو بات بھی کسی کے بارے میں کرتے ہیں، جیسے کسی کو کہتے ہیں کہ وہ بیمار ہو جائے یا اللہ اسے بیمار کر دے۔ تو اس شخص پر اس کا کچھ نہ کچھ اثر ضرور ہوتا ہے، چاہے پانچ یا دس فیصد ہو۔ مگر کسی خاص وقت اور مخصوص اور زیادہ توانائی Energy کے ساتھ کہی ہوئی بات کا اثر 50 فیصد یا زیادہ ہوتا ہے اور وہ شخص واقعی بیمار ہو جائے گا۔ کچھ لوگوں کی زبان یا سوچ میں توانائی (طاقت) عام لوگوں سے زیادہ ہوتی ہے وہ جس کو بھی کہہ دیں اس پر کچھ نہ کچھ اثر ضرور ہوتا ہے (اس کے روحانی واقعات و تجربات کے باب میں کچھ واقعات موجود ہیں) مگر عموماً خود سے کم توانائی (روحانی) رکھنے والے پر اثر ہوا کرتا ہے۔ جو شخص اپنے برے حالات کا خواہ مخواہ گلہ کرتا رہتا ہے اس کے حالات خراب ہی رہتے ہیں، یہ میں بے شمار لوگوں کے حالات کا جائزہ لے کر واضح طور پر دیکھ چکا ہوں۔

اسی طرح جو شخص بھی اچھے حالات کا کہتا ہے اس کے حالات اچھے ہو جاتے ہیں۔ خوش قسمت بننے کی ایک بڑی ترکیب یہ بھی ہے کہ جب بھی بات ہو تو کہیں میں بڑا خوش قسمت (لکی) ہوں، آپ خوش قسمت ہوتے چلے جائیں گے۔ (دماغ کی پروگرامنگ میں اس کی تفصیل موجود ہے)۔ کسی بھی کام کو کرتے وقت یہ سوچنا کہ اس میں ناکامی ہوگی یا میں یہ نہیں کر سکتا، منفی سوچ ہے۔ کسی بھی کام کو کرتے وقت یہ سوچنا کہ میں اسے کامیابی سے کرلوں گا۔ میں اسے کرسکتا ہوں، مثبت سوچ ہے۔

آپ جس بھی کام یا پیشے میں ہیں۔ اس کے بارے میں سوچنا کہ اس میں ترقی ہونا مشکل ہے یا اس کام کے مستقبل میں کم ہی امکانات ہیں منفی سوچ ہے۔ اپنے کام یا پیشے کا سوچنا کہ میں اس میں ترقی کرسکتا ہوں مستقبل میں اس کام کو بہت بڑھایا جاسکتا ہے، مثبت سوچ ہے۔

مجھے لوگ پسند کرتے ہیں، میں دلچسپ شخصیت کا مالک ہوں، میں ہر قسم کے لوگوں میں

باسانی گھل مل جاتا ہوں، مثبت سوچ ہے روحانیت میں میرا ترقی کرنا بڑا مشکل ہے، یہ تو ولی اللہ اور چلے اور مشقیں کرنے والوں کا کام ہے، منفی سوچ ہے۔ میں روحانیت میں باآسانی ترقی کر سکتا ہوں، میں ایک اچھا انسان ہو، میں اس میں بڑی ترقی کرونگا مثبت سوچ ہے۔

نفرت، حسد، غصہ، غیبت، ڈر، خوف، شک و شبہ، اداسی، بے اطمینانی، جھنجھلاہٹ، بے یقینی منفی سوچیں ہیں۔ پیار محبت ہمدردی کسی کی مدد کرنا یقین محکم، سچائی، اطمینان، پرامید رہنا، خوشی دنیا کو اچھی جگہ ماننا سب مثبت سوچیں ہیں۔ خود کو ہر کام کے قابل اور اہل سمجھنا مثبت سوچ اور کامیابی کی بنیاد ہے، خود کو اکثر اہم چیزوں کے نااہل سمجھنا زندگی میں ناکامی کا نشان اور منفی سوچ ہے۔ مثبت سوچ کو اس وقت جاری رکھیں جب تک وہ آپ کی دوسری اور مستقل سوچ کا حصہ نہیں بن جاتی جو ہماری عام سوچ سے گہری اور مستقل سوچ ہوتی ہے۔

شروع میں انسان کو مثبت سوچنے کی عادت ڈالنی پڑتی ہے اور اس میں کوشش اور قوت ارادگی کا استعمال ہوتا ہے، مگر کچھ عرصہ ایسا کرنے اور کچھ کامیابیوں کے بعد انسان کا ذہن خود ہی اس ڈگر پر چل پڑتا ہے۔ پھر آپ کو ایسی کوششوں کی ضرورت نہیں رہتی۔ پھر یہ چیز انسان کی شخصیت کا حصہ بن جاتی ہے۔ اس کے بعد مثبت سوچ انسان کی شخصیت سے ٹپک رہی ہوتی ہے۔ اس کی خاموشی میں بھی وہ چیخ چیخ کر اس کی طاقت کا اعلان کر رہی ہوتی ہے۔ پھر انسان جس طرف بھی قدم بڑھاتا ہے، کامیابیاں اس کے قدم چومتی ہیں۔ مرد مومن کو ایسا ہی ہونا چاہئے۔

مطمئن و پرسکون رہنا (Relaxation)

مہاتما بدھ نے فرمایا "بے اطمینانی سب سے بڑا دکھ ہے اور اطمینان سب سے بڑا سکھ ہے" اس لیے سکھ کے خواہش مند انسان کو ہمیشہ مطمئن رہنا چاہئے۔ پرسکون رہنا ایک ایسی چیز ہے جس کے ہزاروں فائدے ہیں، نقصان ایک بھی نہیں ساری دنیا کے مذاہب اور روحانیت کے سکولوں کا بنیادی مقصد ہی یہ ہے کہ انسان کو پرسکون اور خوش رکھیں۔ مسلمانوں پر پانچ وقت نماز فرض کیوں کی گئی، اس کی بڑی وجہ انسان کے پریشان اور نروس ذہن کو سکون کی حالت میں لانا ہے ورنہ شاید نماز پانچ وقت فرض نہ ہوتی بلکہ ایک دو دفعہ پڑھنے کو کہتے ہیں۔

پرسکون نہ رہنے والا بدقسمت ہوتا ہے، آپ اسے بیوقوف بھی کہہ سکتے ہیں۔ (گویہ چیز اکثر حالات کے ہاتھ میں ہوتی ہے ہمارے اپنے نہیں) ذہن سکون کی حالت میں نہ ہو تو ہم اپنی

ذہنی اور جسمانی توانائی خواہ مخواہ (جیسے سوچوں، پریشانیوں اور الٹے سیدھے کاموں) میں ضائع کرتے رہتے ہیں۔ پرسکون حالت میں ہی ہماری جسمانی اور ذہنی توانائی اکٹھی ہوتی اور بڑھتی ہے۔ روحانی علاج کشف و کرامات سب پرسکون رہنے والے ذہن کا کام ہے۔ ہر حالت میں ایسے پرسکون Relax رہنے والا انسان چاہے تو اپنی صرف ذہنی طاقت سے ہی بہت سے بظاہر مافوق الفطرت کام کرسکتا ہے۔ خود کو مکمل ریلیکس کرنے کے لیے انسان کو اپنے جسم کو مکمل ڈھیلا اور بغیر تناؤ کے کرنا، پھر اپنے دماغ کو بالکل آرام کی حالت میں لانا اور اسے بغیر سوچ یا بہت کم سوچ کے ساتھ رکھنا اور پھر انسان کو اپنے محسوسات Feelings کو بھی آرام اور کمزوریاں دور کر لیتا ہے۔ ایسے ریلیکس کرنا یوگا کے اصولوں میں شامل ہے اور بغیر ورد کے کیا جاتا ہے۔

پرسکون رہنے والا کم ہی بیمار ہوتا ہے۔ اس کی ذہنی اور روحانی طاقت پوری طرح کام کرتی ہے۔ جبکہ گھبرایا ہوا ذہن صحیح فیصلہ نہیں کرسکتا۔ پرسکون انسان کی جسمانی طاقت بھی زیادہ بہتر کام کرتی ہے۔ اہم مسئلہ یہ ہے کہ بہت سے لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ وہ کسی حالت میں نہیں گھبراتے مگر بہت سے کام کرتے وقت وہ اندرونی طور پر ڈرتے ہوتے ہیں۔ جس کی وجہ سے وہ اس کام میں اکثر ناکام رہتے ہیں، مگر اس اندرونی گھبراہٹ کا انہیں بھی کم ہی علم ہوتا ہے۔

اگر ماں باپ پرسکون رہتے ہوں تو بچے بھی عموماً پرسکون اور خوش باش ہوتے ہیں۔ ایسے لوگوں کے پاس بیٹھنے والا بھی خود کو خوش باش اور پرسکون محسوس کرتا ہے۔ ہر شخص ان کے پاس بیٹھنا پسند کرتا ہے۔ نماز اور عبادات کے بنیادی مقاصد میں انسان کو پرسکون Relax کرنا شامل ہے، ورد و اذکار یہ کام مستقل طریقے سے کرتے ہیں۔ پریشان رہنے والا آدمی اگر کوئی ورد شروع کردے تو پرسکون ہو جاتا ہے۔

اس میں آپ پہلے یا تیسرے کلمے، درود شریف یا نماز میں موجود کوئی بھی دعا ذکر کے طور پر خود ہی پڑھ سکتے ہیں۔ میرے تجربے کے مطابق وہ شخص روحانیت میں کوئی ترقی نہیں کرسکتا جو Relax رہنا نہ سیکھ لے۔ کشف و الہام کی طاقت نروس اور گھبرائے رہنے کی صورت میں بالکل ختم ہو جاتی ہے۔ کیونکہ اس شخص کے ذہن میں بہت سے خیال بڑی تیزی سے آتے رہتے ہیں، اسے پتہ ہی نہیں چلتا کہ اس میں سے الہام کون سا ہے اور اس کی عام ذہنی دلیل Logic کونسی ہے۔

کسی چیز کے بارے میں بہت زیادہ سوچنا بھی اچھا نہیں ہوتا۔ انسان عموماً اسی چیز کے بارے میں زیادہ سوچتا ہے جسے وہ بہت زیادہ چاہتا ہے یا اس سے ڈر رہا ہوتا ہے۔ بہت زیادہ

سوچ عموماً ڈر ہی پیدا کرتی ہے۔ نروس یا گھبرانے والا آدمی اپنی سوچ سمجھ اور ذہانت کو صحیح طریقے سے استعمال نہیں کرسکتا، بلکہ اس حالت میں الٹا اپنے ذہن کو منجمد کر لیتا ہے۔ سادہ سی چیز بھی ایسی حالت میں سمجھ میں نہیں آتی۔ بلکہ میرے ذاتی تجربے میں یہ آیا ہے کہ بہت ذہین آدمی بھی گھبرائی ہوئی Nervous حالت ایسی چیزوں میں بھی غلطیاں کر جاتا ہے جو کہ اس سے چوتھائی ذہانت والے مگر نہ گھبرانے والے آسانی سے کر لیتے ہیں۔

اس کا میں نے نئی چیزوں (جن کا اس کو پہلے تجربہ نہ ہو، مثلاً نئے کمپیوٹر وغیرہ) کے استعمال میں مشاہدہ کیا ہے، خصوصاً جب ان کو ڈر ہو کہ کوئی ان کی غلطی نوٹ کر رہا ہے یا دیکھ رہا ہے۔ جب کہ بغیر گھبرائی حالت میں (عموماً اکیلے بیٹھے) وہ یہ کام بالکل آسانی سے کر لیتے ہیں۔ اسی چیز کو ہم زندگی کے سبھی شعبوں میں استعمال کرتے ہیں۔ اندر سے پر کر لیتے ہیں۔ اسی چیز کو ہم زندگی کے سبھی شعبوں میں استعمال کرتے ہیں۔ اندر سے پرسکون رہنے والا انسان ہر کام دوسرے گھبرانے والوں کی نسبت بڑی آسانی اور بہتر طریقے سے کر لیتا ہے۔ چاہے وہ ذہنی کام ہو کاروباری یا روحانیت سے متعلقہ ہو۔

ایسے گھبرانے میں بڑی وجہ ناکامی کا ڈر ہوتا ہے یا شرمندگی کا اسی وجہ سے انسان غلطیاں کرنا شروع کر دیتا ہے۔ اس کا علاج یہی ہے کہ کسی بھی نئی چیز کو سکون سے شروع میں دیکھیں سمجھیں بلکہ اگر شک ہو تو ہدایت کاغذ پر لکھ لیں۔ عملی تجربہ کرتے وقت شروع میں بالکل کم رفتار اور آرام کے ساتھ وہ نیا کام کریں بعد میں رفتار اپنے اعتماد کے بڑھنے کے ساتھ ساتھ بڑھاتے چلے جائیں اور کوشش یہ کریں کہ ہر اہم چیز کو خود کر کے دیکھیں ہر ایسی چیز کا خود ہی سامنا کریں پھر آپ اس سے نہیں گھبرائیں گے۔ مجھے خود اس چیز کو سمجھنے اور اس کمزوری پر قابو پانے میں بڑا عرصہ لگا۔ میں بچپن میں ذہین ہونے کے باوجود بہت سی نئی چیزوں کو کرتے وقت لگاتار غلطیاں کرتا تھا۔ جب کہ دوسرے کئی دوست اسی نئی چیز کو میرے سے جلدی سیکھ جاتے تھے۔ مگر کچھ عرصہ کرنے کے بعد میں تقریباً ہر چیز دوستوں سے بہتر کر لیا کرتا تھا۔ میری پہلی ناکامیوں کی وجہ ذہنی طور پر نہ گھبرانے اور ہر چیز پرسکون حالت میں کرنے کے اصول سے لاعلمی تھی۔ اس کا علم ہونے کے بعد ہر کام آسانی سے ہو جاتا ہے۔

سب سے بہتر یہ ہوتا ہے کہ آپ بچوں کو شروع سے ہی یہ اصول سمجھا دیں، ورنہ ساری عمر ان کو کوئی نہ کوئی مسئلہ رہتا ہے۔ مغربی ممالک کی تعلیم میں شروع سے یہ بھی بات شامل کی جاتی

ہے کہ بچہ نہ گھبرائے اور اس میں اپنی اہمیت کا احساس Self Respect اور خود اعتمادی پیدا ہو۔ ہمارے ملک میں تعلیم ڈرا کر بچوں کے دماغ میں ٹھونسی جاتی ہے، پھر یہ ڈر ہماری شخصیت کا حصہ بن جاتے ہیں۔ اسی پر ایک لطیفہ ہے۔ ایک بچہ اپنے باپ کے ساتھ جا رہا ہوتا ہے۔ اس نے دیکھا کہ ایک قصائی بکرے کو لے جا رہا ہے، بکرا زور زور سے چلا رہا تھا۔ بچہ باپ سے پوچھنے لگا کہ ''ابو بکرا کیوں چلا رہا ہے'' باپ نے جواب دیا ''قصائی اس کو ذبح کرنے کے لیے لے جا رہا ہے، اس لیے چلاتا ہے'' بچے نے سکون سے کہا ''اچھا میں تو سمجھا تھا قصائی اسے سکول لے کر جا رہا ہے''

بچپن میں ذہن میں بیٹھے ہوئے ڈر ساری عمر ساتھ چلتے ہیں، ایسے ہی اس وقت کا اعتماد ساری عمر انسان کے ساتھ رہتا ہے بلکہ طاقتور ہوتا چلا جاتا ہے۔ مغرب کی روحانیت جو کہ عموماً غیب کی چیزیں بتانے تک ہی محدود ہے، میں دیکھا گیا کہ اگر کسی عام انسان سے کوئی بھی ایسا سوال پوچھا جائے جو کہ غیب سے متعلق ہو اور اس کا جواب ہاں یا نہ میں دینا ہو۔ مثلاً جیسے جفت اور طاق نمبر میں سے ایک نمبر اٹھا کر کسی سے پوچھا جائے کہ کیا اٹھایا گیا نمبر جفت ہے یا طاق تو عام حالت میں تقریباً 50 فیصد یعنی آدھے جواب صحیح ہونے چاہئیں، لیکن کشف کی صلاحیت Intition رکھنے والا آدمی 70 تا 95 فیصد تک صحیح جواب دے لیتا ہے۔ لیکن اگر کوئی شخص 30 فیصد صحیح جواب دیتا ہے تو اس میں بھی عام آدمی سے زیادہ کشف کی صلاحیت پر شک کرتا ہے تو ڈر کر عام اوسط سے خاصے زیادہ غلط جواب دینے لگتا ہے۔

یعنی تکے مارنے والے کے تکے بھی 50 فیصد خاصے کم ہوں تو اس میں غیب دانی کی صلاحیت موجود ہے اور تقریباً ہر بار غلط جواب دینے والے میں خاصی زیادہ ہوتی ہے۔ ایسے شخص کو صرف اپنا ڈر اور شک وشبہ ختم کرنا چاہئے، پھر وہ کامیابی سے لوگوں کو بہت کچھ بتا سکتا ہے۔

چھوٹی چھوٹی باتوں پر پریشان ہونا، بلاوجہ بے آرام رہنا، ڈرنا، گھبرانا، بے وجہ ہاتھ پاؤں ہلاتے رہنا، ویسے ہی بولتے رہنا، یہ سب دماغی سکون نہ ہونے کی علامت ہیں۔ ایسے لوگوں کا اپنے ذہن پر کنٹرول بہت کم ہوتا ہے۔ انہیں چاہئے کہ اس چیز کو سمجھ کر اپنی زندگی کو بہتر کریں۔ اس طرح ہر وہ چیز جو آپ کے ذہن میں الجھن پیدا کرتی ہے اسے صحیح کریں، جیسے آپ کے کمرے یا دفتر میں غلط پڑی ہوئی کوئی چیز یا کوئی ملتوی شدہ آپ کے پڑھنے کے لیے ایک وقت میں کھلی ہوئی چار کتابیں۔ اسی طرح ذہن پر سوار چیز کو ذہن سے اتار کر یا متعلقہ کام

مکمل کر کے پرسکون ہو کر بیٹھنا چاہئے۔

خوش رہنا

خوشی وہ چیز ہے جسے دنیا میں ہر آدمی تلاش کرتا پھرتا ہے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بہت کم نے یہ سوچا کہ کیا چیز حقیقت میں انہیں خوش کر سکتی ہے۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ خوشی دراصل اپنے اندر سے (اور خود کو سمجھنے کے بعد) آتی ہے، جب کہ ہم اسے دوبارہ ڈھونڈتے ہیں۔ سائنس دان کہتے ہیں کہ ہمارے دماغ کے کچھ حصے ہیں، جب وہ گدگدائے جاتے ہیں تو انسان خوشی محسوس کرتا ہے۔ انہوں نے جانوروں مثلاً چوہوں وغیرہ سے اس کے متعلق بہت سے دلچسپ تجربے بھی کئے۔

خوشی کیا ہے۔ جس سے بھی آپ پوچھیں وہ آپ کو اپنا نظریہ بتا دے گا مگر خوشی کی سب سے بڑی اور عام صورت یہ ہے کہ ہم اپنے قریبی لوگوں کو خوش دیکھ کر خوش ہوتے ہیں، انہیں خوش کرنے میں ہماری خوشی ہے اور ہم میں سے بہت سے لوگ بلاوجہ سے ناخوش ہیں۔ ان کے بارے میں ایک مغربی فلاسفر یہ کہتا ہے۔ People are unhappy because they don't know that they are happy. ''لوگ ناخوش اس لیے ہیں کہ وہ نہیں جانتے کہ وہ خوش ہیں'' ویسے ہم عموماً خود کو دوسروں کی آنکھوں سے خوش دیکھ کر خوش ہوتے ہیں، بلکہ اور بھی بہت سی چیزیں کسی معقول وجہ کے بغیر دوسروں کی وجہ سے کرتے ہیں۔

پھر بھوکے کو روٹی ملنا، پیاسے کو پانی ملنا، سخت گرمی میں بارش کا پہلا قطرہ، کسی پرانے دوست سے اچانک ملاقات، محبوب کا لمبے انتظار کے بعد ناامید ہونے کے قریب اچانک آ جانا، خوشی کے بے شمار صورتیں اور بھی ہیں۔ میرے نزدیک اصل خوشی کوئی بھی مطلوبہ چیز مل جانے میں نہیں بلکہ کبوتر پر جھپٹنے میں جو مزا ہے اے عقاب، خوشی اس لمحے میں ہے، اس لمحے کا لطف (Enjoy کریں) اٹھائیں۔

شیکسپیئر کہتا ہے ''دل و دماغ کو مسرتوں کی آماجگاہ بناؤ، اس طرح ہزاروں نقصانات سے بچو گے اور لمبی عمر پاؤ گے'' اور یہ ایک پکا اصول ہے کہ ہر چیز جو آپ کو خوش کرے وہ صحیح ہے، جو ناخوش کرے وہ غلط ہے۔ اکثر لوگ مستقبل کی فکر میں مرے جا رہے ہیں۔ اپنے حال کو صحیح کریں مستقبل خود ہی صحیح ہو جائے گا کل کی فکر کل خود ہی کر لے گا۔

خوش رہنے کیلئے انسان میں قناعت کا ہونا بھی ضروری ہوتا ہے. میرے تجربے میں آیا ہے کہ ہمارے ملک میں بہت بڑی تعداد کے ناخوش رہنے کی وجہ ضرورت سے زیادہ حساسیت ہے. دوسروں کی اپنے بارے میں رائے کا ہر وقت خیال رکھنا، کسی نے چھوٹی سی ناگوار بات کر دی تو دیر تک محسوس کرتے رہنا یا اسے دل میں بٹھا لینا، خود کسی سے بھی بات کرتے وقت سارا دھیان اس طرف کرنا کہ اگلا آپ کی بات کا برا تو نہیں منائے گا. یہ سب ناخوش رہنے کی سب سے بڑی وجوہات ہیں.

بدقسمتی سے حساسیت ہمارے ملک میں ایک صفت سمجھی جاتی ہے، مگر اسے ایک حد میں ہی رکھیں. اسلام بھی میانہ روی کا مذہب ہے، ہر چیز ایک حد تک ہی اچھی رہتی ہے. جن کو یہ مسئلہ رہتا ہے انہیں چاہئے کہ اپنی کھال کو موٹا کر لیں (ایک مشہور اور حرام) جانور و سیاستدانوں سے موٹا رکھیں) اسی چیز سے متعلق ایک باپ بیٹے کا دلچسپ واقعہ بتایا جاتا ہے جو اپنے گدھے پر سوار ہو کر کہیں جا رہے تھے. باپ کوئی پچاس لیس (45) برس کا اور بیٹا پندرہ برس کا تھا. وہ اپنے سفر میں ایک گاؤں سے گزرے تو لوگ ان کو دیکھ کر کہنے لگے کہ دیکھو یہ کتنے ظالم لوگ ہیں، کمزور سا گدھا ہے اور دونوں اس پر سوار ہیں. یہ سن کر باپ گدھے سے اتر گیا اور ساتھ پیدل چلنے لگ پڑا. اگلے گاؤں میں پہنچے تو وہاں کے لوگ انہیں دیکھ کر بولے کہ کتنا سنگدل بیٹا ہے، خود جوان جہان گدھے پر سوار ہے اور بوڑھے باپ کو پیدل چلا رہا ہے. یہ سن کر بیٹا بڑا شرمندہ ہوا اور گدھے سے اتر کر چلنے لگ پڑا. اور باپ گدھے پر سوار ہو گیا. جب وہ وہاں سے آگے ایک آبادی میں پہنچے تو لوگ انہیں دیکھ کر کہنے لگے کتنا بے رحم باپ ہے معصوم بچے کو پیدل چلا رہا ہے اور خود ہٹا کٹا گدھے پر سوار ہے. یہ سن کر باپ بڑا شرمندہ ہوا، اب وہ بھی گدھے سے اترا اور دونوں گدھے کی رسی پکڑ کر ساتھ ساتھ پیدل چل پڑے. جب اگلی آبادی آئی تو وہاں کے لوگ انہیں دیکھ کر ہنسنے لگے اور کہنے لگے ''عجیب بیوقوف انسان ہو، گدھا ساتھ ہوتے ہوئے بھی دونوں ساتھ پیدل چلے جا رہے ہو'' یہ سن کر دونوں بڑے پریشان ہوئے. اب انہوں نے سوچا کہ ایک ہی طریقہ باقی رہ گیا، انہوں نے گدھے کو کندھوں پر اٹھا لیا اور اپنی منزل کی طرف چل پڑے. لوگوں کی زیادہ پروا کرنے والے کا حشر ایسا ہی ہوا کرتا ہے، اس لیے بہتر ہے اس کان سے سنیں اس کان سے نکال دیں.

لوگوں کو خود پر ہنسنا سیکھنا چاہئے. سیکھیں اور خود پر ہنسا کریں، پھر دوسروں کی بات کم محسوس

ہوتی ہے. حساس لوگ خصوصاً یہ سیکھیں. زیادہ حساس بچوں کو شروع عمر میں سکھائیں کہ وہ زیادہ حساسیت چھوڑ دیں اور جو چیز پسند نہیں ہوتی وہ بھی بول دیا کریں. بچے جلدی تبدیل ہو جایا کرتے ہیں، ورنہ اسی طرح بڑے ہو جائیں تو ساری عمر حساسیت کا شکار رہتے ہیں.

بچوں کے موضوع پر یاد آیا کہ میں نے اکثر یہ دیکھا ہے کہ زیادہ بچوں والے ناخوش ہی رہتے ہیں. اگر چار پانچ بچے ہوں تو ایک نہ ایک کا کوئی نہ کوئی مسئلہ بنا رہتا ہے، لڑکپن ہے تو پڑھائی صحیح نہیں ہو رہی، بچے بڑے ہوں تو شادی کے مسئلے اور شادی کر دی تو کسی نہ کسی کی خاوند یا بیوی سے ان بن رہتی ہے. ہمارے معاشرے میں عموماً یہ ہوتا ہے کہ اگر ایک بچے کو پرابلم ہے اور چار خوش ہوں تو بھی ماں باپ پریشان رہیں. جب کہ یہ نہیں ہوتا، اس لیے اپنی توجہ دوسری طرف کرنا سیکھیں.

آپ خود خواہ مخواہ پریشان ہو کر اپنے اسی بچے کی پریشانی میں اضافہ ہی کرتے ہیں. کم بچوں والے مجھے اکثر خوش باش نظر آئے ہیں، ان کو یہ مسئلہ نہیں ہوتا. اس معاملے میں مولوی کی باتوں پر نہ جائیں ساری عمر غلطیوں اور گناہوں سے ایک احتیاط ہی بھلی. ویسے بھی ہم میں سے بہت سے لوگ ان ہی بچوں کی پرورش حرام کے پیسوں سے کرتے ہیں، جو کئی گناہ بڑا گناہ ہے.

ذہنی پریشانیوں میں خود کو کسی بھی کام میں مصروف کر لینا ان کا ایک اچھا علاج ہے. یہ بھی یاد رکھیں کہ یقینی طور پر ہم خوش صرف خود کو ہی کر سکتے ہیں اور اگر خود خوش نہیں تو کسی کو کیا خوش کریں گے. ہم میں سے اکثر لوگ ایک آدھ دکھ یا تکلیف کو سامنے رکھ کر سب خوشیوں کو بھول جاتے ہیں اور ایک آدھ مشکل ہی پہاڑ بن جایا کرتی ہے اور سب خوشیاں اس کے پیچھے چھپ جایا کرتی ہیں، اب سوچوں سے باہر آئیے تو وہ مشکل بالکل چھوٹی سی ہوتی ہے.

خوشی اور غمی کے سلسلے میں مشرق بعید میں دو بھائیوں کا واقعہ بیان کیا جاتا ہے جو گھر بار چھوڑ کر خدا کی تلاش میں تھے. دور دراز سفر کر کے کافی مدت کے بعد اپنے گاؤں واپس آئے وہاں کیا دیکھتے ہیں کہ ان کا گھر آدھا گر چکا ہے، گھر کی کچھ چیزیں بھی غائب ہیں. اس دن موسم بہت خراب تھا، سخت سردی پڑ رہی تھی اور بارش بھی زوروں پر تھی. اس وقت بڑا بھائی بہت پریشان ہوا. وہ خدا سے شکوہ کرنے لگا کہ ہم تمہاری راہ میں چلے تھے، ہمارے ساتھ یہ کیا ہو رہا ہے. وہ رو رہا تھا. جب کہ اسی وقت چھوٹا بھائی خدا کا شکر ادا کر رہا تھا کہ تو کتنا مہربان ہے تو نے ہمارا آدھا گھر بچا لیا، ورنہ اس وقت ہم اس موسم میں کہاں جاتے. وہ الٹا خوش تھا. بڑا بھائی ساری رات نہ

سویا، چھوٹا بے فکری سے خراٹے لیتا رہا. صبح بڑے نے اس سے خوشی کی وجہ پوچھی. چھوٹا کہنے لگا کہ ہم خدا کی تلاش میں ہیں، پتہ نہیں ملے گا بھی یا نہیں، بلکہ مجھے تو یہ پتہ بھی نہیں کہ خدا ہے بھی یا نہیں. مجھے یہ چیز پتہ ہے کہ ہر چیز پر شکر کرنا اور خوش رہنا بہتر راستہ ہے اور اب مجھے یقین ہو گیا ہے کہ یہی سچ ہے اس کا ثبوت یہ ہے کہ تم ساری رات پریشان رہے اور روتے رہے، میں مزے سے سویا رہا. تم اس وقت بھی پریشان ہو جب کہ میں بالکل خوش اور مطمئن ہوں یہی صحیح راستہ ہے.

خود میں نے بہت سے گھرانوں میں یہی دو بھائیوں والی کہانی دیکھی ہے. اصول یہی صحیح ہے کہ جس چیز میں خوشی ملے غم نہیں، وہی بہتر راستہ ہے. اس اصول پر عمل کریں، ساری زندگی بڑی بہتر گزرے گی. ورنہ ہم مسلمانوں نے زندگی کو خواہ مخواہ اتنا خشک اور مشکل کیا ہوا ہے کہ غالب یہ کہہ اٹھا تھا "اللہ مجھے مسلمانوں کی طرح جینے سے اور کافروں کی طرح مرنے سے بچا" اگر ہم اپنے ملک میں مسلمانوں کی زندگی دیکھیں تو واضح ہو جاتا ہے کہ وہ غلط نہیں کہتا تھا.

خلیل جبران کہتا ہے کہ اگر تم نے ہر حال میں خوشی رہنے کا فن سیکھ لیا ہے تو یقین کرو زندگی کا "سب سے بڑا" فن سیکھ لیا ہے (جبران نے بالکل صحیح کہا) خوش رہنے کا ایک آسان طریقہ یہ ہے کہ خوش اور مسرور نظر آئیں. پھر آس پاس کے لوگ بھی خوش ہو جائیں گے اور آپ جہاں بھی جائیں گے خوشیاں بکھیرتے جائیں گے. یہی چیز دوسروں کے علاوہ آپ کو بھی مستقل خوشیاں دیا کرے گی.

ایسے شخص کے کسی محفل میں آتے ہی محفل جاگ اٹھتی ہے، ہر کوئی مسکرانے لگ پڑتا ہے جب کہ کچھ ایسی بھی شخصیات ہوتی ہیں جن کے محفل میں آتے ہی سب لوگ بجھ کر رہ جاتے ہیں. آپ کو چاہئے ان میں سے پہلے والا شخص بنیں. ہم میں سے اکثر کو یہ معلوم ہی نہیں ہوتا کہ کیا چیز ہمیں خوش کر سکتی ہے. ہمیں چاہئے کہ پہلے اسے معلوم کریں، پھر ہی اسے تلاش کرنا شروع کریں. کئی لوگ ایک چھوٹے سے گاؤں میں دو چار مال مویشیوں کے ساتھ ہی خوش باش اپنی عمر گزار دیتے ہیں اور وہ لوگ کئی بادشاہوں سے زیادہ خوش ہوتے ہیں. جو شخص جہاں پر خوش ہے وہ جگہ اس کے لیے جنت ہے، اپنی جنت کو دنیا میں ہی ڈھونڈ لیں.

اسی پر قلندر کا ایک لطیفہ بھی سن لیں.

ایک آدمی اپنے پیر کے پاس گیا اور گلہ کرنے لگا "بڑا پریشان رہتا ہوں رہنے کو ایک ہی

بڑا کمرہ ہے، ہم گھر کے نو افراد وہاں ہی رہتے ہیں، وہاں ہی سوتے ہیں. نیند تک صحیح نہیں آتی، ہر وقت دم سا گھٹا رہتا ہے. زندگی مصیبت بن کر رہ گئی ہے. پیر صاحب کوئی تعویذ دیں یا دعا کریں کہ یہ مسئلہ حل ہو جائے" پیر صاحب نے پوچھا گھر میں کچھ اور بھی ہے تو وہ آدمی کہنے لگا ہاں ایک بھیڑ ہے جو باہر بندھی رہتی ہے. پیر صاحب نے حکم دیا "بھیڑ کو بھی کمرے میں لے جا کر باندھ دو" وہ آدمی گھر گیا اور پیر کی ہدایت پر عمل کیا. دو ہفتے کے بعد پھر آیا تو پیر صاحب نے پوچھا "اب کیسا حال چال ہے" تو وہ کہنے لگا "بدبو سے دماغ خراب ہوتا جا رہا ہے، زندگی جہنم بن کر رہ گئی ہے، خودکشی کرنے کا سوچ رہا ہوں" پیر صاحب نے کہا "اچھا اب بھیڑ کو واپس پرانی جگہ پر باندھ دو" اس آدمی نے ایسا ہی کیا ہفتے بعد وہ پھر آیا، پیر صاحب نے پوچھا اب کیا حال ہے. کہنے لگا اب کبھی دم نہیں گھٹتا، نیند بڑی گہری آنے لگ پڑی ہے، بڑا خوش اور مطمئن ہوں.

اصل بات یہی ہے کہ ہم خوش ہوتے ہیں لیکن ہمیں اس کا احساس نہیں ہوتا اور پھر کسی مصیبت کے آنے کے بعد ہمیں احساس ہوتا ہے کہ ہم پہلے خوش تھے. ہم میں سے ہر ایک کو ایک آدھ جھٹکا ایک آدھ ٹھوکر ہی ماضی کی خوشی کا بتاتی ہے عقل مند وہی ہیں جو یہ ٹھوکر لگے بغیر بھی خوشی کا احساس کرتے ہیں. ہم میں سے بے شمار لوگ اپنی سب خوشیاں اکثر دولت کے انتظار میں ہی "ذبح" کرتے رہتے ہیں اور اکثر برسہا برس انتظار کے بعد جب دولت کا منہ دیکھتے ہیں تو پھر ہی علم ہوتا ہے کہ ہم نے برسوں کی خوشیاں ناحق ہی ضائع کی تھیں.

اسی طرح اور بہت سے لوگ کسی ایک آدھ چیز کے انتظار میں اپنی موجودہ خوشیوں کی بے قدری کر رہے ہوتے ہیں اور اپنی عمر کسی نہ کسی انتظار میں ضائع کر رہے ہوتے ہیں. دراصل جو نہیں مل سکتا وہی زیادہ خوبصورت لگتا ہے اور کشش رکھتا ہے. بہر حال حقیقتاً خوش وہی ہے جو اپنی نظر میں اور اپنے نصیب پر خوش ہے

سچ بولنا

رسول پاک ﷺ کے پاس ایک آدمی آیا اس نے کہا میں بہت گناہ گار ہوں، میں جوا کھیلتا ہوں، شرابی ہوں، زانی ہوں اور بھی کئی برائیاں ہیں، میں اپنے آپ کو کیسے صحیح کروں.

رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ آج کے بعد جھوٹ بولنا چھوڑ دو، صرف سچ بولا کرو. اس آدمی نے یہی کیا. اس کے بعد اس کی ساری بری عادتیں چھوٹ گئیں کہ پہلے تو وہ گناہ کر کے کسی کے

پوچھنے پر جھوٹ بتاتا تھا اور کسی کو اس کے گناہ معلوم نہ ہوتے تھے لیکن اب جب بھی وہ گناہ کرتا تھا تو اسے سچ بتانا پڑتا تھا، نتیجتاً صرف سچ بولنے کی وجہ سے وہ سب گناہوں سے بچ گیا.

علامہ اقبالؒ فرماتے ہیں

هزار خوف ہوں، لیکن زبان ہو دل کی رفیق
یہی رہا ہے ازل سے قلندروں کا طریق

غوث پاک سے کسی نے پوچھا کہ آپ کو یہ درجے کیسے ملے؟ انہوں نے کہا اس کی بنیاد سچ پر ہے، میں نے کبھی جھوٹ نہیں بولا. غالباً تیسری جماعت میں ہم نے شیخ عبدالقادر جیلانی کا چالیس دینار اور ڈاکوؤں والا واقعہ پڑھا تھا، جب وہ بچے تھے. اس وقت ہمیں جس استاد نے یہ پڑھایا اس نے ہمیں سچائی کے بارے میں اور کچھ نہ بتایا کہ اس کے کیا فائدے ہیں. نہ ہی ہمیں بتایا کہ شیخ عبدالقادر جیلانیؒ (غوث پاک) کون تھے. تقریباً 25 سال کے بعد جا کر سچائی کے فوائد پتہ چلے.

جھوٹا آدمی ولی نہیں ہو سکتا. پھر جھوٹا آدمی ہر جگہ ذلیل ہوتا ہے. کسی کو زیادہ متاثر نہیں کر سکتا. اسے اپنا سب کہا ہوا یاد رکھنا پڑتا ہے پھر ایک جھوٹ کو چھپانے کے لیے سو جھوٹ بولنے پڑتے ہیں. مگر جھوٹ پھر بھی جھوٹ رہتا ہے. جب ایک اچھا آدمی سچ بولنے کی قسم کھا لیتا ہے تو پھر آہستہ آہستہ اس کی زبان سے جو کچھ نکلتا ہے، وہ سچ ہوتا ہے. اللہ بھی کہتا ہے کہ اس کو جھوٹ سے بچاؤ اس نے جو کہہ دیا وہ سچ بنا دو. سالکوں میں سے ہی کچھ لوگ اس طرح بن جاتے ہیں جیسے کچھ مجذوب ہوتے ہیں، کہ جو منہ سے نکلا وہ ہو جاتا ہے. شیخ منصور حلاج میں بھی یہ صفت آ گئی تھی.

شیخ منصور حلاج کا واقعہ کچھ اس طرح بیان کیا جاتا ہے کہ جب خلیفہ کے حکم سے انکو قید کیا گیا تو انہوں نے قید خانے میں قیدیوں سے پوچھا کہ کیا تم آزاد ہونا چاہتے ہو. قیدیوں نے کہا تم خود قیدی ہو کر ہمیں یہ بات کہہ رہے ہو، خود کیوں نہیں آزاد ہوتے. اس پر شیخ منصور نے ان قیدیوں کی بیڑیوں سے کہا ''کھل جاؤ'' بیڑیاں کھل گئیں اس پر قیدیوں نے کہا کہ دروازے پر قفل موجود ہے، ہم کیسے باہر جائیں. شیخ منصور نے دیوار سے کہا کہ ٹوٹ جاؤ، دیوار ٹوٹ گئی، قیدی باہر بھاگ گئے. وہ شیخ سے کہنے لگے کہ تم ہمارے ساتھ کیوں نہیں آئے. شیخ منصور نے کہا ''تم خلیفہ کے قیدی ہو میں اس کا قیدی نہیں ہوں، تم لوگ جاؤ''

میں خود اس چیز کا تجربہ کر چکا ہوں کہ جب سچ ہی بولو تو پھر اندر سے سچ ہی نکلتا ہے. مجھے دو تین اور بھی لوگ ایسے ملے جن کے ساتھ ایسے ہوتا ہے. اگر ماں باپ سچے ہوں تو اولاد بھی ایسا ہی کیا کرتی ہے اور بچوں کو سچ بولنے کی عادت پڑ جائے تو پھر وہ بہت سی برائیوں سے بچ جاتے ہیں. کیونکہ جھوٹ بولنے کے عادی بچے اکثر اپنی غلط اور بری عادتوں کو جھوٹ بول کر ماں باپ سے چھپا جاتے ہیں اور پھر برے راستوں پر آگے بڑھتے ہی چلے جاتے ہیں.

ماں باپ جھوٹ بولیں تو اولاد کے لیے جھوٹ اجنبی نہیں رہتا، وہ بھی ایسا ہی کرتے ہیں. لاتعداد اور بے شمار برائیاں جھوٹ سے ہی شروع ہوتی ہے. مذاق میں بھی جھوٹ ایسا بولا جائے کہ سننے والے کو بھی معلوم ہونا چاہئے کہ یہ جھوٹ ہے. ورنہ مذاق میں بھی اس سے گریز کرنا ہی بہتر ہے. یاد رکھنا چاہئے کہ برکت ہمیشہ سچ میں ہی ہوتی ہے اور آخر کار جیت سچ کی ہی ہوتی ہے یہ اصول اپنے اندر بٹھا لیں. ویسے میرا ذاتی خیال یہ ہے کہ اگر سچ بولنے سے کسی کی دل آزاری ہوتی ہو تو انسان کو چپ ہی رہنا چاہئے. یہی موقع ایسا ہوتا ہے جہاں پر سچ بولنے کی بجائے خاموش رہیں. کیونکہ دل آزاری سے بڑا گناہ کوئی نہیں ہے. ویسے بھی اس دنیا میں رہتے ہوئے ہر آدمی کے لیے ممکن نہیں ہے کہ وہ ہر قدم پر سچ ہی بولے، اس سلسلے میں ایک ہی نصیحت کی جا سکتی ہے کہ بیوقوف سچے نہ بنیں بلکہ عقل مند سچے بنیں.

کوئی چیز بھی دو طریقے سے کی جا سکتی ہے، عقل مندانہ طریقے سے اور بے وقوفانہ طریقے سے.

ایک بے وقوف سچے بچے کا واقعہ بتایا جاتا ہے کہ اسے لوگ مارتے تھے اس کی ماں نے پوچھا کہ لوگ تمہیں کیوں مارتے ہیں؟ بچہ کہنے لگا کہ میں سچ بولتا ہوں اس لیے ماں نے کہا کہ بھلا سچ بولنے پر بھی کوئی مارتا ہے؟ تم میرے ساتھ سچ بولا کرو. وہ بچہ دوسرے دن ہی ماں سے کہنے لگا کہ میرے باپ کو مرے کتنے برس ہو گئے ہیں؟ یہ کنگھی پٹی (میک اپ) تم کس کے لیے کرتی ہو. اس پر اس کی ماں نے بھی اس کو خوب مارا وہ کہنے لگا کہ میں نہ کہتا تھا کہ سچ بولیں تو ایسے ہوتا ہے. سچ بے وقوفانہ طریقے سے بولا جائے تو ایسے ہی ہوتا ہے. سچی بات بجائے کسی کے منہ پر پتھر کی طرح مارنے کے بعد میں مناسب جگہ دیکھ کر اور طریقے سے بھی کی جا سکتی ہے. بھری محفل میں کسی کو جھوٹا بنانا بے وقوفی ہی میں آئے گا، وہی بات اس کو اکیلے میں کہنی چاہئے. کسی کی اصلاح کی بات بھی آپ کو چاہئے کہ لوگوں سے علیحدہ اکیلے میں کریں.

اصلاح میں یہ یاد رکھیں کہ ہر وقت اصلاح کرنے والوں سے بھی لوگ ایسے بھاگنے لگ

پڑتے ہیں جیسے انشورنس ایجنٹوں اور شاعروں سے۔ مگر نیک نیت کے ساتھ کیے جانے والے کسی بھی کام میں شرمندگی محسوس نہ کریں اور ایسا کام کرنے والے کی حوصلہ افزائی بھی ہونی چاہیے۔ اگر سچ بولنے کا مقصد خرابی و فساد پیدا کرنا ہو تو ایسے سے خاموشی ہی بہتر ہے۔ صحیح نیت ہمیشہ مد نظر رہنی چاہیے۔ بالکل جھوٹ دنیا میں نہیں چل سکتا، اس لیے اسے چلانے کے لیے ساتھ کچھ سچ بھی شامل کرلیا جاتا ہے۔ روحانیت کی دنیا میں آنکھوں دیکھی چیزیں کم ہی ہوتی ہیں، جھوٹ اور سچ ملا کر چلانا بڑا آسان ہوتا ہے، بہت سے فرقوں اور مذاہب میں یہ چیز استعمال ہوتی ہے۔ کہتے ہیں سب سے خطرناک جھوٹ وہ ہوتا ہے جس میں کچھ سچ بھی شامل ہو۔ کیونکہ پھر اس جھوٹ کو بہت سے لوگ سچ مان لیتے ہیں۔ خیر فلاسفروں کی باتوں پہ مت جائیں، وہ کہتے ہیں کہ دنیا میں کوئی چیز بھی سو فیصد سچ نہیں ہوتی، سچ کا ایک پہلو ایسا ہوتا ہے جو پوشیدہ ہوتا ہے اور اس کے بارے میں کچھ نہیں کہا جا سکتا اور ان کی یہ بات غلط بھی نہیں ہے۔

اسی طرح کے ایک آدمی کا واقعہ بیان کیا جاتا ہے جو کسی کالج میں پروفیسر تھا۔ وہ سچائی کی تلاش میں تھا۔ وہ مولویوں کے پاس گیا ان سے کہنے لگا کہ تم بتاتے کچھ ہو خود کرتے کچھ ہو، یہ تو جھوٹ ہے۔ مولوی صاحبان نے کہا کہ بس ایسے ہی ہے، یہ جھوٹ نہیں۔ پھر وہ دوکانداروں کے پاس گیا کہ تم لوگوں کو اچھا مال دکھا کر برا مال پیچھے سے لا کر دے دیتے ہو، یہ تو جھوٹ ہے۔ دوکاندار کہنے لگے کہ یہ جھوٹ نہیں، یہ تو کاروبار ہے۔ وہ سیاستدانوں کے پاس گیا ان سے کہنے لگا کہ تم لوگوں کو سبز باغ دکھاتے ہو ان سے بڑے بڑے جھوٹے وعدہ کرتے ہو، عملی کام تم کچھ بھی نہیں کرتے، یہ جھوٹ ہے۔ سیاستدان کہنے لگے یہ جھوٹ نہیں، یہ سیاست ہے۔ وہ استادوں کے پاس گیا کہ تم پڑھاتے کچھ ہو، کہتے کچھ ہو، کرتے کچھ ہو، یہ تو جھوٹ ہے۔ استاد کہنے لگے کہ یہ دنیاوی زندگی ہے، جھوٹ نہیں ہے۔ وہ جس کے پاس بھی گیا اس نے جھوٹ ہی دیکھا۔ آخر ایک دن وہ خودکشی کر گیا۔ اس نے ایک خط پیچھے چھوڑا جس میں لکھا تھا کہ: ”میں یہ معلوم کرنے کے لیے خودکشی کر رہا ہوں کہ کہیں موت بھی تو جھوٹ نہیں ہے۔“

سچائی کو ہر معاشرے میں اہم مقام حاصل رہا ہے۔ سکندر اعظم یونانی فلاسفی کے سنہری دور میں پیدا ہوا تھا، اس نے اس وقت کی ساری معلوم دنیا فتح کر لی۔ وجہ کیا تھی کہ اس کے فوجی اتنے بہادر تھے۔ تاریخ پڑھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ پہلی بات تو یہ تھی کہ سکندر اعظم اچھا جرنیل ہونے کے ساتھ خوش قسمت بھی تھا جس کی وجہ ارسطو جیسے فقیر کا سایہ اس پر تھا۔ پھر اس وقت یونانی

فوجیوں میں سچ بولنا لازمی سمجھا جاتا تھا، وہ جھوٹ صرف جنگ یا محبت میں بولا کرتے تھے۔ ہر فوج میں سچ کو بڑی اہمیت ہے کیونکہ جھوٹا آدمی دلیر نہیں ہوتا، محاورا ہے کہ جھوٹ کے پاؤں نہیں ہوتے۔ ہر بہادر قوم چاہے وہ ترکی ہو پٹھان و افغان ہو یا راجپوت ہو ان میں سچ بولنا اور عہد پورا کرنا ضرور پایا جاتا ہے۔

جھوٹا بندہ یا جھوٹی قوم کچھ بھی ہو، دلیر نہیں ہوا کرتی۔ سچ کا اثر لوگوں پر خود بخود ہو جاتا ہے کیونکہ سچ دل سے نکلتا ہے اور دل تک جاتا ہے۔ جب کسی قوم کے رہنما کو اپنے مقصد کی سچائی پر یقین ہو جاتا ہے اور وہ یقین اس کی ہڈیوں میں گھس جاتا ہے، وہ رہنما خود بھی سچا اور مخلص ہوتا ہے، تو پھر وہ جس سے بھی بات کرتا ہے اسے اپنا بنا لیتا ہے۔ بات اس کے دل سے نکلتی ہے اور دوسروں کے دلوں تک جاتی ہے۔ ایسا رہنما ساری قوم کو تبدیل کرنے کی اہلیت رکھتا ہے۔ وہ جس سے بھی بات کرتا ہے اسے اپنے جیسا بنا لیا کرتا ہے، وہ شخص بھی مخلص اور صاف دل ہو جایا کرتا ہے۔ پھر سمندر کی لہروں کی طرح یہ اثر لوگوں میں پھیلتا چلا جاتا ہے۔



باب نمبر ۵

فرقہ پرستی اور ذات پات

تعصبات، ذات پات اور فرقے

یہ دیکھا گیا ہے کہ اکثر لوگ ایک دوسرے سے تعصب کرتے ہیں.

ایک گاؤں والے دوسرے گاؤں والوں سے ایک شہر کے لوگ دوسرے شہر والوں سے، ایک ملک کے لوگ دوسرے ملکوں سے نسب کرتے اور انہیں اپنے سے کم تر سمجھتے ہیں، آخر یہ کیا ہے. جب ہم اس کی وجہ جاننا چاہیں تو یہ معلوم ہوگا کہ یہ انسان کی فطرت میں شامل ہے، بلکہ جانور بھی اس سے مبرا نہیں ہیں.

ہر انسان اپنی مخصوص زمین پر دوسرے کی موجودگی پسند نہیں کرتا. اسی طرح جانور بھی یہ کرتے ہیں. اگر آپ شام کے وقت چڑیوں کو دیکھیں تو وہ اس وقت کسی درخت کی ٹہنیوں پر بیٹھی چہچہا رہی ہوتی ہیں. ہم یہ سمجھتے ہیں کہ وہ صرف خوشی کی وجہ سے ایسا کرتی ہیں، مگر غور کریں تو معلوم ہوگا کہ وہ ساتھ ہی ساتھ دوسری چڑیوں کو یہ بھی کہہ رہی ہوتی ہیں کہ یہ ٹہنی جس پر میں بیٹھی ہوں میری ہے، یہاں نہ آنا اور اگر کوئی دوسری چڑیا غلطی سے اس وقت وہاں آجائے تو وہ چہچہان چھوڑ کر اسے چونچیں مارنے لگتی ہے، پھر وہ اڑ جائے تو دوبارہ چہچہانے لگ پڑتی ہے. مچھلیاں اور دوسرے جانور بھی اپنے مخصوص علاقے میں اپنے ہم نسلوں کی دخل اندازی پسند نہیں کرتے اور لڑنے لگ پڑتے ہیں. جیلوں میں کیے گئے تجربات سے پتہ چلا کہ کوئی قیدی بھی اس وقت خود کو پر سکون نہیں محسوس کرتا اگر کوئی دوسرا قیدی ان سے دس فٹ سے کم فاصلے پر آجائے. بلکہ کچھ بدنام قسم کے قیدی اگر ان سے تیس فٹ سے کم فاصلے پر آتے تو وہ بے چین ہو جایا کرتے تھے.

میں نے ایک دفعہ کسی رسالے میں ایک مضمون پڑھا جو اسی بارے میں تھا. اس میں ذکر تھا کہ مشہور سائنس دان ڈارون ایک دفعہ جنگل میں مویشیوں کے ایک بڑے ریوڑ کی سٹڈی کر رہا تھا. اس میں تقریباً ایک ہزار گائیں بیل شامل تھے جو کہ 70 سے لے کر 120 تک کے کوئی دس گروپوں میں تقسیم ہو گئے تھے، حالانکہ بظاہر ان کی نسل ایک سی تھی.

مگر ہر کوئی اپنی قسم کی انرجی کی طرف کشش کرتا ہے. یہ جانور بھی اپنی کچھ مخصوص نسلی

صفات رکھنے کے لیے علیحدہ علیحدہ دس گروپوں میں بٹے ہوئے تھے، گو بظاہر سارا ریوڑ اکٹھا رہتا تھا. پھر ایک بار طوفان کی وجہ سے سارا ریوڑ بکھر گیا، جب طوفان کے بعد وہ اکٹھے ہوئے ہر جانور اپنے چھوٹے گروپ ہی کے ساتھیوں سے جا ملا. بڑے گلے کی اس نے کوئی پروا نہ کی. یہ لکھنے کا مقصد یہ ہے کہ دوسروں سے تعصب کرنا انسانوں اور جانوروں سب کی فطرت میں شامل ہے. اس کی مختلف وجوہات ہوتی ہیں.

ماضی میں ہر قوم علاقے یا مذہب کے لوگوں کو ان کے بزرگ یہی بتاتے تھے کہ وہ سب سے بہتر قوم ہیں اور دوسرے لوگ سب بدتہذیب اور گھٹیا ہوتے ہیں. ہر علاقے مذہب یا فرقے کا بچہ یہی سن کر جوان ہوتا تھا اور وہ اس خیال سے اس حد تک ہپنا ٹائیز Hypnotize ہو چکا ہوتا ہے کہ وہ واقعی سب سے بہتر گروپ سے تعلق رکھتا ہے. بلکہ جوان ہونے کے بعد وہ اپنی ساری ذہنی طاقت انہیں اُلٹے سیدھے عقیدوں کو صحیح ثابت کرنے میں لگا دیا کرتا تھا مگر اب پردہ اٹھ چکا ہے، ساری دنیا کھلی آنکھوں سے ایک دوسرے کو دیکھ رہی ہے. اب سب کو پتہ چل چکا ہے کہ سب لوگوں میں کچھ اچھائیاں اور کچھ برائیاں، دونوں شامل ہیں. یہ بات بالکل صحیح ہے. مگر بہت سے لوگوں کے لیے یہ عجیب شش و پنج کا وقت ہے کہ جو انہیں پہلے بتایا گیا تھا، وہ تو صحیح ہی نہیں تھا. اب وہ کس طرف جائیں. اب ایسا وقت ہے کہ جھوٹ پر بنائی ہوئی یہ عمارتیں ڈگمگا رہی ہیں.

حقیقت یہ ہے کہ رنگ و نسل یا علاقے کا تعصب بالکل بے وقوفی ہے. گو یہ انسانی فطرت ہے. رسول ﷺ نے حجۃ الوداع میں آخری خطبے میں مسلمانوں کے لیے تعصب کی بات بالکل ختم کر دی تھی، جس میں آپ ﷺ نے فرمایا ''آج کے بعد کسی کالے کو کسی گورے پر، کسی گورے کو کسی کالے پر، کسی عربی کو عجمی پر، کسی عجمی کو عربی پر کوئی فوقیت نہیں ہے. تم میں فوقیت اس کو ہے جس میں زیادہ تقویٰ (اللہ کا ڈر) ہے''

کتنا اہم اور عالمگیر قسم کا پیغام ہے. ایک دن اپنی ایک واقف پڑھی لکھی ڈچ لڑکی سے میں نے اس کا ذکر کیا تو وہ سن کر بڑی متاثر ہوئی اور کہنے لگی کہ اس پیغام کو چاہئے کہ تم لوگ اپنی دیواروں پر لکھ کر لگا لو، تا کہ دوسرے مذہب والے بھی اسے پڑھ سکیں. لیکن اگر ہم پاکستان میں دیکھیں تو یہاں کا بابا آدم ہی نرالہ ہے. باقی دنیا میں مسلمان سب اپنے ہم ملکی مسلمانوں سے شادیاں کر لیتے ہیں اور کوئی تفریق روا نہیں رکھتے مگر پاکستان میں راجپوت راجپوت فیملی میں،

اعوان اعوان فیملی میں، جاٹ جاٹوں میں، سید سیدوں میں ہی شادی کرے گا. بلکہ نائی نائیوں میں ہی اور جولاہا جولاہوں میں ہی شادی کرے گا.

کیا دوسرے لوگ مسلمان نہیں ہیں؟ ہم لوگ ہندو سے مسلمان تو ہو گئے مگر ذات پات کی تفریق نہ گئی.

اپنے رشتے داروں کی حد تک انسان کو چاہئے اور اپنے پڑوسیوں یا واقف لوگوں کو ترجیح دینی تو اچھی بات ہے. مگر ذات پات اور علاقے وغیرہ کی بنیاد پر تعصبات بالکل بے معنی ہیں.

ایک دن بڑے بھائی کرنل ظفر اقبال سے یہی بات ہو رہی تھی

وہ کہنے لگے کہ بات یہ ہے کہ چکوال کے چوہدری ہیں اگر تم دیکھو تو وہ فلاں نائی کی ایک دوکان ہے وہ آدمی ہو سکتا ہے شکل صورت، کردار، روپیہ پیسہ، ہر چیز میں مجھ سے بہتر اور بڑھا ہوا ہو مگر مجھے اس پر ایک ہی برتری Advantage ہے کہ میں چوہدری ہوں اور وہ نائی ہے، میں یہ برتری کبھی بھی ہاتھ سے نہیں جانے دوں گا. یہی وہ چیز ہے جو کہ بڑی حد تک ذات پات کو سہارا دیے ہوئے ہے.

اگر ذات و قوم میں دیکھا جائے تو اعوان ایک قوم ہے اور راجپوت ایک قوم ہے جاٹ بھی قوم ہے، مگر موچی یا لوہار کوئی قوم نہیں ہے، یہ پیشے ہیں. ہم انہیں بھی قوم کہتے ہیں، جیسے کل کوئی اعوان کپڑے سینے کی دوکان کھول لے تو اس کے بچے بھی درزی کہلانے لگیں. برصغیر ایسا بدذات علاقہ ہے کہ یہاں پر جس کام میں محنت ہوتی ہے، پسینہ آتا ہے، اسے گھٹیا کام سمجھا جاتا ہے اور جتنا کوئی بیٹھ کر کھائے اتنا باعزت کہلاتا ہے. نوکری بھی لوگ وہی پسند کرتے ہیں جو ''وائٹ کالر جاب'' ہو.

یورپ و مغرب میں محنت کرنے والے اس پر فخر کرتے ہیں. راجپوت بھی فوج و پولیس کی نوکری کے علاوہ کوئی نہیں کرتے تھے. ہم چکوال کے چوہدری منہاس راجپوت (ڈوگرے) ہیں. ہمیں منہاس (آدھی ذات) اس لیے دوسرے راجپوتوں نے قرار دیا کہ ہم نے کھیتی باڑی شروع کر دی تھی، جو راجپوتوں کے نزدیک گھٹیا کام تھا. اسی طرح باقی سب قومیں بھی اسی طرح کی فضول رسموں میں مبتلا ہیں. بلکہ یہاں پر جب بابا گرونانک سے سکھ مذہب چلا تو جاٹ (ویش) جیسے برہمن و راجپوت نسبتاً گھٹیا ذات سمجھتے تھے سب کے سب سکھ بن گئے. سکھ مذہب میں ذات پات نہیں ہے، بلکہ ان میں یہ شرط ہوتی ہے کہ انہوں نے شادی بیاہ اپنی ذات سے

باہر کرنے ہوتے ہیں. مثلاً وہ سندھو جاٹ ہیں تو وہ سندھو میں شادی نہیں کریں گے بلکہ دوسری کسی ذات یا جاٹ جیسے چیمہ یا چٹھے میں شادی کریں گے.

سکھ مذہب کو بنے ہوئے کوئی تین سو سال ہوئے ہوں گے لیکن انہوں نے بھی یہ کام شروع کر دیا ہے. ان میں جو بھی سکھ جاٹ قوم کا نہیں ہوتا وہ ''پھاپے'' کہتے ہیں اور گھٹیا سمجھتے ہیں. ہمارا برصغیر اس معاملے میں بڑا ہی الٹا ہے. اگر یہاں پر موجود برہمن پیدا ہوا تو برہمن ہی رہا، سید سید ہی رہا، شودر شودر ہی اور مصلی مصلی ہی رہا. ہمارے یہاں فیملی کے اندر بلکہ کزن میرج کا بہت رواج ہے جو کہ بچوں کی صحت وغیرہ کے لحاظ سے بھی اچھا نہیں ہوتا مگر محض اپنی ذات بچانے یا غیروں کو اپنی برادری میں آنے سے روکنے کے لیے یہی کرتے ہیں. حالانکہ عموماً قریبی رشتے داروں میں جھگڑے فساد ہی رہتے ہیں اس لیے اکثر اسی وجہ سے میاں بیوی کی زندگی مفت میں تلخ ہوئی رہتی ہے. اس لیے یہ زیادہ بہتر ہوتا ہے اگر سسرال والے فاصلے پر ہوں نہ آپس میں ملیں نہ جھگڑا ہو. جب مدت کے بعد کوئی آئے اور مہمان تصور کیا جائے تو پھر تعلقات زیادہ اچھے رہتے ہیں. پھر یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ اپنے سے کم پیسے والوں میں اور نسبتاً کمزور ''ذاتوں'' میں بہتر رشتے مل جایا کرتے ہیں. اس لیے اس سے کیوں نہ فائدہ اٹھایا جائے.

جو آدمی بھی اس میں جلدی کرے گا اسے بہتر رشتہ مل سکے گا. بڑے شہروں میں ذاتیں ویسے ہی ختم ہو رہی ہیں پھر چھوٹے شہروں کی باری بھی آ جائے گی. اچھے رشتوں کی دستیابی جو ایک بڑا مسئلہ ہے ہمارے کمزور ذاتوں میں شادیوں سے باآسانی ختم ہو سکتا ہے آخر کار ہم لوگ کب تک اپنے ناک کی خاطر اپنے بچوں اور خصوصاً بچیوں کے ساتھ یہ ظلم کرتے رہیں گے کہ اپنی قوم یا ذات میں صحیح رشتہ نہ ہونے کی وجہ سے انہیں گھر بٹھائے رکھتے ہیں. جو لوگ کمی کہلاتے ہیں انہیں بھی چاہئے کہ وہ خود کو کمی ماننے سے انکار کر دیں اور دوسروں کو چوہدری ماننے سے بھی. کسی بھی انسان کی بڑائی کی معیار تقویٰ اور اس کی Usefulness ہونی چاہئے. محنت کرنے والے کو اپنی محنت کی کمائی کھانے پر فخر ہونا چاہئے اور ہڈحرامی کرنے والے کو اپنی سستی پر افسوس ہونا چاہئے. کوئی خود کو سید نہیں سمجھتا ہے جب آپ خود کو کمی سمجھنے لگو

محنت کرنے والے کی سب کو قدر کرنی چاہئے کسی کو کمی کہنے سے پہلے اپنے گریبان میں ضرور جھانک لیا کریں. مختلف علاقوں کے باشندوں کی آپس میں شادیوں علاقائی و صوبائی تعصبات بھی کم ہو جاتے ہیں ہم سب پاکستانیوں کو اس بات کا بھی خیال رکھنا چاہئے. میرے

ذاتی خیال میں ہمارے ملک میں ذات پات کی ایک وجہ سید بھی ہیں سید کو صرف پاکستان یا ایران ہی میں کچھ مانا جاتا ہے اس کی بڑی وجہ صوفی اور شیعہ حضرات ہیں جو ان کی بہت زیادہ تعظیم کرتے ہیں اور کسی صوفی یا شیعہ فرقے والے کے چہرے پر تو نہیں لکھا ہوتا کہ وہ صوفی یا شیعہ ہے ان کی دیکھا دیکھی ہم سنی بھی وہی کچھ شروع کر دیتے ہیں. سب مسلمان ایک برابر ہیں لیکن جس طرح چوہدریوں کو مفت میں چوہدراہٹ ملی ہوئی ہے وہ اسے کیوں چھوڑیں. اسی طرح سید کو بھی مفت میں یہ سعادت ملی ہوئی ہے وہ اسے کیوں ختم کریں. اسلام ذات پات کو اور غلط رسم و رواج مٹانے کے لیے آیا. مگر ہم میں سے کچھ فرقے والوں نے ذات پات کو عقیدے کا حصہ ہی بنا لیا. اسے ختم نہ کیا گیا تو کل وہ فرقے ہی ختم ہو جائیں گے. کیونکہ آج کل لوگ بھیڑ چال کی بجائے عقل کو استعمال کرکے بہت سے سوالات پوچھنے لگ پڑے ہیں.

ہم مسلمان زیادہ تر ہندوؤں سے مسلمان ہوئے تھے، گو عادتیں ابھی تک نہیں گئیں، ایسے نومسلم شروع میں آکر روز اپنے مسلمان کرنے والوں سے پوچھتے تھے ''تمہارا برہمن کہاں ہے ہمیں ملواؤ تا کہ ہم اس سے صلاح و مشورے کر سکیں''، مسلمانوں نے انہیں بتایا کہ ہمارے کوئی برہمن نہیں ہوتے، مگر وہ نہ مانے اور روز ایسے ہی سوال کرتے رہے. آخر کار تنگ آکر کچھ لوگوں نے ان کو مسلمانوں کے برہمن دکھا دیئے یعنی سید پھر باقی سب کے سب بھی ان کے پیچھے لگ گئے. اسلام عرب سے چلا وہاں پر کوئی سید کو نہیں مانتا، جب کہ پاکستان و انڈیا میں ''2000 سال پرانے سے لیکر 10 سال پرانے ماڈل کے'' سید پائے جاتے ہیں. جبکہ اسلام میں روح (تقویٰ) کو ہی اہمیت ہے، جسم کو نہیں.

ہم نہ معلوم کن کن چکروں میں پڑے ہوئے ہیں. یہ جہالت کی انتہا ہے انسان سب ایک ہیں بڑائی کی بنیاد تقویٰ ہی ہے. درود شریف میں بھی آل محمد ﷺ کہا جاتا ہے. اس کی مثال قرآن میں ہے کہ حضرت نوح علیہ السلام کے نافرمان بیٹے کو غرق کر دیا گیا، جب حضرت نوح علیہ السلام نے فریاد کی تو انہیں کہا گیا وہ تمہاری آل میں سے نہیں. (یعنی تمہارے آل تو وہ تھے جو تمہارے کہنے پر چلے)

ہم میں رسول پاک ﷺ کی آل وہ ہیں، جو ان کے بتائے ہوئے اللہ کے راستے پر چلتے ہیں اور چلتے رہیں گے.

حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے پاس موجود لوگوں نے آپ سے کہا کہ آپ کے ماں اور بھائی

باہر آپ کے انتظار میں کھڑے ہیں تا کہ آپ سے مل سکیں. آپ نے فرمایا "میری ماں اور میرے بھائی کون ہیں؟ اور انہوں نے حواریوں کی طرف اشارہ کیا "میری ماں اور میرے بھائی یہ ہیں اور جو بھی آسمانوں کے خدا کی مرضی پر چلتا ہے وہی میرا بھائی بہن اور ماں ہے" عہد نامہ جدید (مارک 3-32)

مولوی، فرقے اور مسائل

ہمارے ملک میں ہر کوئی چار کتابیں پڑھ کر مولویوں پر نقطہ چینی پر اتر آتا ہے، لیکن مولویوں کے مسائل سے کوئی کم ہی وقف ہوتا ہے زیادہ تر بچے مدرسے میں رہ کر اور پڑھ کر ہی مولوی بنتے ہیں. پورے پاکستان میں مدرسوں کے چھوٹے موٹے قصے تو اکثر سننے میں آتے ہیں مگر مجھے چکوال میں مدرسوں کو کچھ قریب سے دیکھنے کا اتفاق ہوا. کافی تعداد میں ایسے بچے وہاں پڑھ رہے ہوتے ہیں جن کے ماں باپ انہیں سکولوں میں غربت وغیرہ کیوجہ سے نہیں پڑھا سکتے. پھر ایسے بچے بھی ہوتے ہیں جو پہلے سکول سے بھاگتے ہیں، پھر گھر سے بھاگتے ہیں، وہ ہمارے علاقے میں یا تو کسی ٹرک کو گھر بنا لیتے ہیں یعنی ٹرک کے کلینر بن جاتے ہیں، یا ایسی کچھ تعداد مدرسوں میں آ جاتی ہے.

مدرسوں میں بچوں کو کھانے کی تنگی (اچھا کھانا، بہتر کپڑے، مٹھائی وغیرہ، جو بچوں کی ضروریات میں سے ہیں) وغیرہ اور بہت سے مسائل ہوتے ہیں اور بچپن کی بھوک اندر سے کبھی نہیں نکلتی. وہاں کے پڑھے ہوئے اکثر مولویوں میں خودی اور خودداری کہاں سے آئے گی اور پاکستان کے مولویوں میں زیادہ تعداد انہی کی ہے گو کچھ تعداد بڑے اچھے لوگوں کی بھی ہے. ہمیں بھی چاہئے کہ مولوی کو مولوی ہی سمجھیں، مفتی نہیں. آج کل زیادہ تر بالغ لوگوں کا مطالعہ مولوی سے کچھ مسائل میں زیادہ ہوتا ہے مگر مولوی کا کام مسجد میں نماز پڑھانا ہے، آج سے سو سال پہلے کی طرح ہر کوئی مرغی ذبح کروانے یا ہر چھوٹا بڑا مسئلہ پوچھنے ان کے پاس نہیں آتا. ہر ایک کے گھر میں مختلف مسائل پر لکھی بڑے بڑے عالموں کی کتابیں پڑی ہوتی ہیں اور لوگ گھر میں ہی انہیں پڑھ لیتے ہیں. مولویوں پر نقطہ چینی کرنا اور ہنسنا فیشن بن گیا ہے، لیکن یہ ماننا پڑتا ہے کہ مسجد میں ہر روز نماز پڑھانے کا کام ہم اور آپ نہیں کر سکتے، یہ کام وہی کریں گے اور مولوی اپنا یہ کام صحیح طریقے سے کر رہا ہے.

جو لوگ ملا کیوجہ سے مذہب سے بیزار ہو گئے ہیں وہ مت بھولیں کہ آزادی کچھ پابندیوں کا ہی نام ہے مکمل آزادی تو "انارکی" لاقانونیت Anarchy ہے، وہ پابندیاں مکمل اور صحیح طریقے سے اسلام میں موجود ہیں اور انسان کی سب جائز ضروریات کی آزادی بھی موجود ہے. مگر اسلام میں کچھ لوگ بہت زیادہ باریکیوں میں چلے جاتے ہیں جن کی اکثر ضرورت بھی نہیں ہوتی. ہر اہم چیز کی وضاحت کر دی گئی ہے. مثلاً حلال و حرام کی وضاحت، اس کے اصول، بھی بتا دیئے گئے ہیں، بہت کچھ انسان کی نیت پر چھوڑا گیا ہے. اب الکحل بے شمار ضروری دواؤں میں استعمال ہوتی ہے جو کہ ایک ضرورت ہے، مگر زیادہ الکحل کا استعمال حرام ہے.

اسی طرح طلاق کا مسئلہ ہے کہ تین بار اکٹھے طلاق دینے سے طلاق ہو جاتی ہے، مگر یہ فعل اللہ کو سخت ناپسند ہے. ہر انسان کو غصے سے غصے یا نشے سے نشے کی حالت میں بھی اچھے برے کی سمجھ ہوتی ہے. مثال بری ہی سہی، لیکن آج تک نہیں سنا کہ کوئی نشے میں دھت ہو کر رات ماں یا بہن کے کمرے میں چلا گیا ہو.

جو لوگ غصے میں آ کر تین طلاقیں اکٹھی دیتے ہیں ان کی نیت میں پہلے ہی فتور ہوتا ہے اور ان میں سے جو چند فی صد واقعی غصے میں اندھے ہو کر دیتے ہیں وہ آدمی تو ہیں مگر انسان اور صحیح مسلمان نہیں ہیں. اسی طرح ایک سے زیادہ شادیوں کا مسئلہ ہے. اس میں سخت مجبوری نہ ہو (یعنی اولاد وغیرہ نہ ہونا) تو دوسری شادی کی اسی صورت میں اجازت ہے، جب کہ دونوں بیویوں کو صحیح اور برابر کا حق دو (جو کہ ہم درحقیقت ایک بیوی کو بھی کم ہی دیتے ہیں) صحیح مسلمان خود کو اس امتحان میں کیسے ڈال سکتا ہے. اسی طرح شادی سے پہلے لڑکی کی مرضی بھی پوچھنی چاہئے جو ہم اکثر نہیں کرتے. زیادہ باریکیوں کے بارے میں قرآن میں سورہ بقرہ میں مثال دی گئی ہے جس میں یہود کو ایک گائے کو ذبح کرنے کا حکم ملا تو اپنی حجتوں اور فضول سوالوں کی وجہ سے پھنستے چلے گئے یعنی پہلے گائے کا رنگ پوچھا، پھر حلیہ، عمر، اور کئی اور تفصیلات پوچھیں، پھر اس تفصیلات والی گائے آخر کار انہیں اس کے آدھے وزن کے سونے کے قریب قیمت دے کر خریدنی پڑی. حدود کے اندر بہت سی آزادیاں بھی ہیں ان سے کام لیں اور ہر کام میں میانہ روی کا ویسے بھی بتا دیا گیا ہے علاوہ نیکیوں اور علم کے.

لوگوں کا سب سے زیادہ دماغ فرقوں کے مسائل میں ہی خراب ہوتا ہے. بات یہ ہے کہ اہل سنت کے فرقوں مالکی، حنبلی، شافعی اور اہل حنفی اور اہل حدیث میں کوئی خاص فرق نہیں ہے.

اور یہ سب ایک ہیں. میرے اسلام کے مختصر اور ناقص مطالعے کے مطابق شیعے کافر نہیں ہیں مگر خود شیعوں کو اپنا سر پیر کم ہی پتہ ہے. انہیں چاہئے کہ عقل سے کام لیں، اپنے اندھے مذہبی جذبے میں آ کر نقصان نہ کرتے رہیں. شیعہ اور ہم اہل سنت کے فرقوں میں ایک فرق یہ بھی ہے کہ دوسرے چاروں فرقے ایک ہیں مگر شیعہ ہو کر انسان پھر ان میں نہیں مل پاتا. بہر حال رسول پاک ﷺ کو آخری اور صحیح نبی ماننے والے سب لوگ مسلمان ہیں.

صحابہ کرام میں حضرت علیؓ اسلام کے سب سے بڑے عالم تھے، مگر ان کے بعد جو تین سو سالہ دور آیا اس میں ان سے متعلق ہر حقیقت پہلے ان کے مخالفوں نے پھر ان کے حامیوں نے کچھ کی کچھ بنا دی. ہم تک ان کا صحیح پیغام ہی نہ پہنچ سکا. نہج البلاغہ میں بھی جو حضرت علیؓ کی باتوں اور تقریروں کی تشریح کی جاتی ہے وہ بھی شیعہ حضرات نے کچھ کا کچھ بنا دیا ہے. قرآن کی تشریح تو بغیر حدیث پاک کے (حدیث پاک کا بڑا مجموعہ حدیث اربعہ، یعنی چاروں سنی اماموں کی تحقیق کردہ حدیثوں کا اس میں لازمی ہوتا ہے) نہیں کی جاتی. مگر اور جو بھی دنیا میں تشریح کی جاتی ہے اس میں مکمل آزادی ہوتی ہے کہ آپ جو بھی چاہیں تشریح کرتے پھریں، اور نکتہ دان تو ہر ایک نقطہ کے کئی کئی مطلب بنا لیتے ہیں. شیعہ حضرات کو اس کام میں امداد کے لئے ایران کی تین ہزار سال پرانی فارسی شاعری و فلاسفی (جو کہ فردوسی، سعدی شیرازی، حافظ، رازی، سنائی، عطار، ابوالخیر اور مولانا روم پر مشتمل ہے) کی پوری امداد حاصل ہے اور وہ سب اپنے اپنے عقیدہ میں ان سب باتوں کو موڑ توڑ کر فٹ کرتے رہتے اور دوسرے مسلمانوں کا دماغ خراب کرتے رہتے ہیں.

شیعہ حضرات کو چاہئے کہ اپنے جاہل ذاکروں سے بھی بچیں جو ہمارے ملا سے بھی بہت زیادہ خطرناک ہیں.

۶۱ ہجری میں واقعہ کربلا ہوا. ہمیں اتنے اہم ترین واقعے کی صحیح تفصیلات بھی نہیں مل سکیں، نہ معلوم ہماری اصلی تاریخ کہاں گئی. پھر 132 ہجری تک بنو امیہ کی حکمرانی رہی، پھر بنو عباس آ گئے جو کہ کل سینتیس خلفاء تھے انہوں نے 520 سال حکومت کی شیعہ فرقے کے پہلے پانچ امامین کرام بنو امیہ کے دور میں اور چھٹے امام حضرت جعفر صادقؒ بنو عباس کے دور میں بھی رہے. باقی چھ امام صاحبان بنو عباس کے دور میں تھے، جن میں اکثریت کو شیعہ حضرات کے کہنے کے مطابق خلفاء نے شہید کیا. اکثریت کو خود عباسی خلیفہ نے ہی شہید کیا، مگر اس دوران تاریخ کا کچھ

کا کچھ بنا دیا گیا.

ہمیں اور کوئی آدمی یہ نہ سمجھائے کہ حضرت علیؓ اور حضرت امیر معاویہؓ میں سے اور حضرت امام حسینؓ اور یزید میں سے حق پر کون تھا؟

ہم سب کو معلوم ہے کہ حضرت علیؓ اور حضرت امام حسینؓ حق پر تھے. اسی طرح ہم سنیوں (خصوصاً صوفیاء) نے عجیب و غریب عقائد بنا لیے ہیں، جیسے سب ولیوں کے سردار فلاں یا فلاں صحابی ہوتے ہیں. جو وفات پا چکے ہیں انہیں وہاں ہی رہنے دیں.

سعودی عرب والے (مالکی) ان چیزوں کو نہیں مانتے، ان میں ہم سے بڑے بڑے ولی اللہ پڑے ہیں. وہ یہ کیسے بن گئے؟ ہمیں چاہئے کہ سب صحابہ کرامؓ کا احترام کریں مگر انہیں وہی سمجھیں جو وہ ہیں. ولی اللہ یا صحابہ کا بڑا سے بڑا درجہ بھی پیغمبر سے کم ہوتا ہے، پیغمبروں میں بھی انبیائے اولوالعزم کا درجہ بڑا ہے. رسولوں کا درجہ پیغمبروں سے بڑا ہے، پھر رسولوں کے اپنے اپنے درجے ہیں.

سورۃ بقرہ (۲۵۵) میں لکھا ہے "فضیلت دی ہم نے ان میں بعض کو بعض سے کوئی تو ہے کلام فرمایا اس سے اللہ نے اور بلند کئے بعض کے درجے" اس کا مطلب یہ ہے کہ ولی اللہ اور صحابہ کرام، پھر پیغمبر، پھر پیغمبر اولوالعزم، پھر رسول اور پھر خاتم النبیین، درجوں میں بہت سا فرق ہوا. ان میں سے کسی بھی ہستی کا خواب میں آنا ممکن ہے. اس طرح کروڑوں خدا آپ خود بنا سکتے ہیں.

یہ ایک بڑا اہم نکتہ اور سمجھنے والی بات ہے کہ کسی بھی فوت شدہ ہستی کا خواب میں آنا ممکن ہے مگر فوت شدہ ہستی کا زندہ مان لینا غلط ہے، قرآن یا حدیث صحیحہ میں اس کا کوئی ذکر نہیں ملتا. کسی فوت شدہ ہستی کا خواب میں آنے یا جاگتے میں دیکھ لینے کا مطلب یہ نہیں کہ وہ ہستی زندہ ہے. پھر تو دنیا کی مختلف قوموں کے کروڑوں دیوتا بھی موجود اور زندہ ہیں.

یہود بھی بیسویں صدی تک حضرت موسیٰ علیہ السلام کے زندہ ہونے اور پھر دنیا میں آ کر قوم یہود کو فتح دلوانے کا یقین کرتے رہے، اس صدی کے شروع میں یہ عقیدہ انہوں نے ترک کیا. یہ عقیدہ ان کو ہزاروں سال سے جاری ان کے قتل عام سے نہ بچا سکا اور نہ ان کی کوئی مدد کر سکا.

اللہ کے حکم پر چلنا ہمارا مقصود ہے اور رسول پاک ﷺ کے بتائے ہوئے راستے پر چل کر ہی ہم کامیاب و کامران ہو سکتے ہیں، بہت سے جھنجھٹوں میں پڑے بغیر بھی یہ ممکن ہے.

فرقہ پرستی اور مزارات

پاکستان میں مذہب کے ساتھ کیا کیا جا رہا ہے. سب سے زیادہ اور شور دوسرے فرقوں کے خلاف مچایا جا رہا ہے، گو اس میں سب فرقوں کا کچھ نہ کچھ قصور بھی ہوتا ہے، بلکہ فرقوں کے مولویوں کا. مگر یہ فرقہ پرستی لوگوں کو مذہب سے بیزار ہی کر رہی ہے. یاد رکھیے کہ مذہبی آدمی دوسروں کو گالیاں نہیں دیا کرتا اور مخالفت نہیں کیا کرتا. بلکہ اسے چاہئے کہ وہ لوگوں کو زیادہ سے زیادہ مذہب کی سمجھ اور علم سکھائے. پھر اہم یہ ہے کہ آپ اپنے مسئلے کیسے حل کرتے ہیں، نہ کہ دوسروں میں نقص کیا ہے. ملا دوسروں کے مسائل پر ہی انگلی اٹھاتے رہتے ہیں. استاد یا مولوی ہونے کا نشہ بھی بادشاہ ہونے کی طرح ہوتا ہے ہمارے مولویوں میں بھی یہی بو پائی جاتی ہے، شاید اسی لیے (دو بادشاہ اور ایک سلطنت کی طرح) یہ آپس میں کبھی مل کر نہیں بیٹھتے اور اپنی سلطنت علیحدہ ہی کر کے رہتے ہیں.

کاروباری ایک دوسرے کی مخالفت کیا کرتے ہیں، مذہبی نہیں کیا کرتے. دوسرے فرقے والوں کو برداشت کرنا سیکھیں. ماضی کی اسلامی حکومتوں میں غیر مسلم بھی امن و سکون کے ساتھ رہا کرتے تھے. اگر آپ کسی فرقے والے کو مسلمان نہیں سمجھتے تو انسان سمجھ کر ہی ان پر ترس کھائیں اور درگزر کریں. اپنے ہی فرقے میں رہیں، مگر لڑائی جھگڑا تو نہ کریں. اگر ہمارے مذہبی عالم اس چیز کی طرف نہ آئے تو شاید مستقبل میں ایک ایسے اسلامی فرقے کی بنیاد پڑ سکتی ہے جس میں ہر فرقے کا مسلمان شامل ہوگا. ماضی میں بھی تو نئے فرقے بنتے ہی رہے تھے. گو بریلوی اور دیوبندی میں میں نے دیکھا ہے کہ دیوبندی ہم سے زیادہ سنت پر عمل کرتے ہیں، تبلیغ پر بھی وہی جاتے ہیں (رائے ونڈ بھی انہی کا کام ہے) حقیقت آپ کو کڑوی لگے گی.

سنی شیعہ مسئلے میں یہ معلوم کرنا بڑا مشکل ہے کہ آج سے تیرا سو سال پہلے یہ مسئلہ حقیقتاً کیسے شروع ہوا، کیونکہ ہر کوئی اپنے ''مخالف'' فرقے کی بات اور کتابوں کو نہیں مانتا. مگر آج کل کے موجودہ حالات میں اگر آپ ہر مسلک کے بنیادی عقیدوں کو پڑھیں تو بہت سی باتیں واضح ہو جاتی ہیں. جیسے مزارات، لافانی روح اور ذات پات کا مسئلہ وغیرہ، کہ سب انسان برابر ہونے کو آج کل ہر عاقل، بالغ مسلمان کے علاوہ ساری دنیا کے لوگ بھی مانتے ہیں.

ہمارے ملک میں تو سنی شیعہ کے علاوہ بریلوی دیوبندی شور زوروں پر ہوتا ہے. ہم

بریلوی، دیوبندیوں کو گلابی وہابی بھی کہتے ہیں. ہمارے ملک میں اکثر لوگوں کو مذہب کا جو علم ہے اس پر قلندر لطیفہ سنا رہا ہے.

مسلمانوں کے ایک گاؤں میں دو پرچون کی دوکانیں تھیں، ایک دوکان مسلمان کی تھی دوسری سردار گنڈا سنگھ کی. سردار کی دوکان خوب چلتی تھی، مسلمان بیٹھا مکھیاں مارتا رہتا تھا. آخر کار تنگ ہو کر وہ ایک دن اس کا توڑ کرنے کو چلا. وہ گاؤں کے مولوی کے پاس گیا اور کوئی مشورہ یا تعویذ وغیرہ مانگا. مولوی نے اس کو مشورہ دے دیا. جس کے مطابق مسلمان نے دوسرے سب گاؤں والوں کو کہنا شروع کر دیا اور شور مچا دیا کہ گنڈا سنگھ وہابی ہو گیا، گنڈا سنگھ وہابی ہو گیا. سارے گاؤں میں یہ خبر آگ کی طرح پھیل گئی. اس دن سے سارے گاہک مسلمان کے پاس آ گئے اور گنڈا سنگھ وہابی بیٹھا مکھیاں مارنے لگ پڑا.

بریلوی اور دیوبندی حضرات میں بنیادی فرق میلاد، گیارہویں، مزارات، منت مانگنے اور صلوٰۃ النبی پڑھنے کا ہے. پھر فرق رسول پاک ﷺ کے بعد از وفات جسمی یا نوری ہونے کا ہے. لیکن یہ ایک عام فہم بات ہے کہ روح کو موت نہیں. رسول پاک ﷺ کی روح پاک بھی زندہ ہے. دراصل ہر روح زندہ رہتی ہے، مگر بعد از وفات کسی روح کا واپس دنیا میں آنا ممکن نہیں.

بظاہر یہی غیر اہم نظر آنے والا مسئلہ بے شمار مذاہب اور اسلام کے بہت سے فرقوں کے شروع کرنے کا سبب بنا تھا (اس مسئلے پر آگے مزاروں کے باب میں بحث کی گئی ہے) حقیقت یہ ہے کہ اس مسئلے میں ہم بریلوی اور اکثر شیعہ حضرات بالکل غلط بنیادوں پر کھڑے ہیں. حنفی عقیدے کی بنیاد میں روح کے قیامت سے پہلے واپس نہ آنے کا بتایا گیا ہے اور شیعہ کے بنیادی عقیدے میں بھی تقریباً ایسی ہی بات ہے، مگر ہم لوگ مزار اور زیارتیں اپنے عقیدوں میں نہ جانے کیوں گھسیٹ لائے ہیں. یہ دراصل صوفیہ کے عقیدے میں ہے. کہ روح کا قبر کے ساتھ تعلق رہتا ہے، صوفیہ کی تقلید میں ہی لوگ قبر پرستی پر اتر آتے ہیں اور طرح طرح کی عمارتیں انہی غلط بنیادوں پر کھڑی کی ہوئی ہیں. یہ بھی یاد رہے کہ اسلام میں روح کو ہی اہمیت ہے، جسم کو نہیں.

یہاں کچھ ذکر مزاروں اور قبروں کا ہو جائے.

پاکستان میں ہر جگہ طرح طرح کے مزار موجود ہیں. مشہور مزاروں میں (جیسے داتا صاحب، بری امام، شہباز قلندر، عبداللہ شاہ غازی وغیرہ) کو چھوڑ کر لاکھوں اور مزارات موجود ہیں، بلکہ ہر گاؤں وغیرہ کا اپنا اپنا مزار ہوتا ہے. لوگ وہاں جا کر دعائیں مانگتے ہیں، منتیں

علیحدہ ہوتی ہیں اور عجیب بات یہ ہے کہ اکثر لوگوں کی دعائیں جو وہ گھر میں کرتے ہیں کم قبول ہوتی ہیں جب کہ مزاروں پر دعا مانگنے یا منت ماننے پر ان کی مرادیں اکثر پوری ہو جاتی ہیں. آخر اس کی کیا وجہ ہے. اس بارے میں جو کچھ عقل اور تحقیق میں آیا ہے اور پھر تجربہ اس کی شہادت دیتا ہے، میں وہ ہی لکھ رہا ہوں.

مزاروں پر دعا قبول ہونے کی بڑی وجہ جو شروع باب میں بھی بیان ہو چکی ہے کہ وہ انسان کا اپنا یقین اور اعتقاد ہوتا ہے. جس وجہ سے دعا کی قبولیت ہوتی ہے، یہ یقین جتنا مضبوط ہوتا ہے اتنی ہی زیادہ دعا قبول ہوتی ہے. انسان ویسے تو دعا گھر میں بھی مانگتا رہتا ہے لیکن اس کے ذہن میں یہی شک رہتا ہے کہ یہ تو میں روز مانگتا ہوں، پتہ نہیں یہ پہلے بھی قبول ہوئی تھیں یا نہیں. (ہمارے عام مسلمان تو ہر روز بیسیوں دعائیں مانگتے ہیں اللہ بھی سب کو پورا کرنے لگے تو ساری دنیا کا نظام ہی بگڑ جائے)

لیکن مزار وغیرہ پر کبھی کبھی جانا ہوتا ہے، جو انسان کے لیے مختلف کیفیت اور زیادہ پر امید حالت ہوتی ہے. پھر انسان یہ بھی روز سنتا ہے کہ فلاں فلاں کی دعا یہاں پر قبول ہو چکی ہے، امید ہے میری بھی قبول ہوگی. ان مزاروں پر صدیوں سے قرآن پاک پڑھا جا رہا ہوتا ہے اور دعائیں مانگی جا رہی ہوتی ہیں اس وجہ سے وہاں ساری جگہ "چارج" ہوئی ہوتی ہے (یعنی وہاں قرآن پڑھنے اور دوسری عبادتوں کی روحانی توانائی Vibration موجود ہوتی ہے)

صدیوں سے عبادات کا اثر موجود ہوتا ہے اس کے علاوہ بہت سے دوسرے مذہبی لوگ بھی تقریباً ہر وقت موجود رہتے ہیں. ان سب چیزوں میں پہنچ کر انسان بالکل پرسکون ہو جاتا ہے اس کی اندرونی توانائی Energy باہر آ جاتی ہے. اس کیفیت میں مانگی ہوئی دعا اکثر قبول ہوا کرتی ہے. ظاہر ہے کہ گھر میں یہ ماحول اور کیفیت تو مہیا نہیں ہو سکتی. پھر انسانی روح میں کچھ عجیب و غریب صلاحیتیں ہیں جن کا ذکر انعکاس اور Obsession کے باب میں تفصیلاً کیا گیا ہے. مختصر یہ کہ اگر انسان یقین کے ساتھ کسی دیوانے سے بھی کچھ پوچھے تو اسی قوت کے زیر اثر وہ بالکل پاگل انسان بھی اس کو ہاں نہ کی حد تک صحیح جواب دے دیتا ہے. اسی طاقت کے زیر اثر صوفی اور فقیر درختوں اور پتھروں تک سے باتیں کر لیتے ہیں. اسی وجہ سے بہت سے پاگلوں کو بھی لوگ مجذوب سمجھ لیتے ہیں. مزاروں پر عرصے سے یہ کارروائیاں (لاشعوری طور پر ہی) ہو رہی ہوتی ہیں، سیدھے سادھے مسلمان صدیوں سے وہاں جا کر روتے دھوتے اور دعائیں مانگتے

مانگتے رہتے ہیں جس کی وجہ سے وہ جگہ زیادہ Receptive ہو گئی ہوتی ہے. پھر انسان ہر چیز کو مادی حالت میں دیکھ کر زیادہ یقین کرتا ہے ورنہ شک و شبہے میں رہتا ہے. ہم پاکستانیوں کی یہ مادہ پرستی ہندو کے ساتھ رہنے کی وجہ سے بھی ہے جو مٹی کے بتوں سے مانگتے ہیں. پھر اگر آپ کے ساتھ جانے والوں کا یقین اس مزار پر بیٹھا ہوا ہے تو آپ پر بھی اس کا خود بخود اثر ہو جائے گا. ویسے آپ روحانیت میں اتنے ہی اوپر جا سکتے ہیں جتنی آپ کی ہمت ہے. اگر آپ کی ہمت ہی شہر کے بڑے صاحب مزار سے اوپر نہیں جاتی تو آپ کیسے اوپر جا سکیں گے.

ایک عجیب بات جو بڑے بڑے مزاروں سے منسوب ہے اور ایک حقیقت ہونے کے باوجود اس کی توجیح بہت مشکل ہے، وہ یہ کہ بہت سے بڑے بڑے صوفیائے کرام بھی مزاروں پر جا کر اہل مزار کی روحوں سے فیض یاب ہوتے رہے ہیں. اس کی ایک بڑی مثال خواجہ غریب نواز حضرت معین الدین چشتی کی ہے جو لاہور داتا صاحب آئے، وہاں چلہ کیا اور جاتے وقت اپنا یہ شعر وہاں لکھ گئے.

گنج بخش فیض عالم مظہر نور خدا
ناقصاں را پیر کامل کاملاں را رہنما

آخر اس کی کیا وجہ ہوتی ہے. بہت سے دوسرے صوفیائے کرام کے بھی واقعات ہیں. اس کی توجیح آسان نہیں ہے مگر یہ ایک عام فہم حقیقت ہے کہ دنیا میں ہر مادے کی اپنی Vibration ہوتی ہے، انسانی جسم کی اپنی ہوتی ہے. ایک بڑی روحانی طاقت کے مالک انسان کا جسم جب کسی جگہ پر دفن ہوتا ہے تو اس کی وائبریشن وہاں رہ جاتی ہے. عام انسان جب وہاں دعا یا گہری عبادت کی کیفیت میں ہوتا ہے تو اس کی روح (جو زماں مکاں کی قید سے آزاد رہے) صاحب مزار کی وائبریشن بھی پکڑ لیتی ہے اور کبھی کبھار اسی پرانے زمانے میں انسان کے معلوم نہ ہونے کے باوجود بھی پہنچ جاتی ہے. اسی کیفیت میں بعض سالکین کو صاحب مزار سے ڈائریکٹ فیض بھی ہو جاتا ہے. لیکن یہ شاذ و نادر ہی ہوا کرتا ہے.

مگر مزاروں سے فائدہ انسان کے اپنے یقین، اعتقاد اور اپنی روحانی طاقت کی وجہ سے ہوتا ہے. سالکوں کو روحانی فیض بھی اپنے یقین کی وجہ سے ہوتا ہے، اور ان کو ہی ہوتا ہے جو اندرونی طور پر مکمل ہو چکے ہوتے ہیں. جب ان کی روح اس وقت گہری عبادت کی کیفیت میں ماضی میں جا کر صاحب مزار کی روح اور جسم سے ملتی ہے تو انسان کو جو ایک روحانی چنگاری کی

ضرورت ہوتی ہے وہ مل جاتی ہے اور انسان روحانی ترقی کر جاتا ہے.

مگر یہ ترقی اسی سالک کو ملتی ہے جو محنت اور مراقبوں وغیرہ کے ساتھ اندرونی طور پر تقریباً مکمل ہو چکا ہوتا ہے، کسی عام انسان کے ساتھ ایسا نہیں ہوا کرتا. اگر صاحب مزار کچھ کر سکتا ہوتا تو نئے روحانیوں یا عام لوگوں کو بھی فقیر بنا دیتا، لیکن ایسا کبھی دیکھنے کا اتفاق نہیں ہوا. اسی وجہ سے سالک اکثر مزاروں پر چلے وغیرہ کیا کرتے ہیں اور ان کی دیکھا دیکھی عام مسلمان بھی اندھا دھند مزار کو نہ جانے کیا کیا سمجھنے لگتے ہیں.

مزار سے بھی اس ہی سالک کو کچھ ملتا ہے جس کا اس نظام پر پختہ یقین ہو کہ صاحب مزار لوگوں کی روحانی مدد کیا کرتے ہیں اور اگر سالک تقریباً مکمل ہو چکا ہوتا ہے اور اسے ایک دھکا ہی چاہئے ہوتا ہے تو اسے مزار سے وہ مل جاتا ہے. جس کا اس سسٹم پر یقین نہ ہو اسے کسی مزار سے، چاہے وہ ساری عمر بیٹھا رہے، کچھ نہیں ملتا. یہ یاد رکھیں کہ بت پرستوں کو بتوں سے بھی کچھ نہ کچھ مل جاتا ہے. بڑے مزاروں کو اس حد تک ہی رکھیں کہ وہاں جا کر فاتحہ پڑھیں اور صاحب مزار کے بجائے اللہ تعالیٰ سے دعا مانگیں. بلکہ اگر آپ مضبوط یقین کے مالک ہیں تو اللہ ہر جگہ آپ کی سن لے گا.

اس معاملے میں دیوبندی حضرات زیادہ بہتر عقیدے پر ہیں اور سعودی عرب والے (مالکی) بھی صحیح کہتے ہیں. لیکن ان کا راستہ زیادہ مضبوط یقین والوں کا ہے، ہم بریلوی شارٹ کٹ بھی ڈھونڈنے میں لگے رہتے ہیں. میرا یہ لکھنے کا مطلب کسی کی دل آزاری نہیں ہے مگر اپنی سمجھ کے مطابق کچھ لکھا ہے تا کہ مسلمانوں کو شاید کچھ سمجھ آ جائے. میں خود بھی بریلوی ہوں.

روحانی شوق رکھنے والے مزار وغیرہ پر چلہ کر سکتے ہیں اور ان کو اس کا فائدہ بھی ہوتا ہے اور انہیں چاہئے کہ وہ ایسا کریں. ایسی چیز جوان کی مدد کر سکتی ہے کرنی چاہئے، مگر صاحب مزار کو وہی سمجھیں جو وہ حقیقت میں ہیں. مگر عام سیدھے سادھے مسلمان جو بڑے بڑے مزاروں کو یہ سمجھتے ہیں کہ ولایت انہی صاحب مزار کے پاس ہے اور وہ زندہ وہاں بیٹھے ان کی باتیں اور دعائیں سن رہے ہیں. اس بات میں وہ عقل کریں. گو اندھے عقیدے کا فائدہ تو ہو جاتا ہے مگر انسان صحیح راستے سے بھٹک جاتا ہے.

ولایت وغیرہ زندہ انسانوں کے پاس ہوتی ہے، وہاں اسے ڈھونڈیں. قبروں کا طواف کرنا اور سجدہ کرنا یہ سب اسلامی عقائد سے باہر کی چیزیں ہیں ان سے بچیں. قرآن میں مزاروں

کا کوئی ذکر و فضیلت نہیں ہے. اکثر روحانی شوق رکھنے والے مزاروں پر جمع ہوا کرتے ہیں کیونکہ وہاں آس پاس ان جیسی ہی انرجی Energy رکھنے والے موجود ہوتے ہیں اور ہر آدمی اپنی ہی قسم کے لوگوں میں بیٹھ کر سکون محسوس کرتا ہے. ایسے لوگوں کی موجودگی کی وجہ سے ہی اکثر آس پاس والوں پر ان کا اثر ہو جاتا ہے اور اندرونی ڈر و خوف ختم ہونے کی وجہ سے دعائیں زیادہ قبول ہوتی ہیں.

بہر حال مزاروں کو روحانیت میں اس حد تک ہی رکھیں کہ وہاں سے اگر کوئی سالک روحانی فیض چاہتا ہے تو کبھی کبھی مل جایا کرتا ہے. باقی سب کچھ گھر میں ہی اللہ سے مانگ لیا کریں. فرقوں میں تفریق کرنے والوں کو یہ بات سمجھنی چاہئے کہ سب مسلمان جنت میں جانا چاہتے ہیں، جہنم میں کوئی بھی نہیں جانا چاہتا. وہ سب اپنے اپنے فرقے کو صحیح مان کر اسی لیے اس پر جمے ہوتے ہیں.

مزاروں میں بھی وہی پرانا اصول سب پر لاگو ہوتا ہے کہ اگر آپ کا اعتقاد ان پر ہے تو آپ کو کچھ مل سکتا ہے ورنہ نہیں. لیکن اس اعتقاد کا فائدہ ہو جانے کا مطلب یہ نہیں کہ آپ غیر اسلامی حرکتوں پر ہی اتر آئیں.

غالباً مزاروں وغیرہ کے بارے میں ہمارے ایسے اوٹ پٹانگ عقیدوں اور توہمات کا سن کر غوث پاک شیخ عبدالقادر جیلانی نے حنفیوں کو بھی مسلمانوں کے ۴۹ گمراہ فرقوں میں لکھ دیا تھا. آج کل اکثر پاکستانی مسلمانوں کے عقائد کا سن کر تو ان کی یہ بات غلط نہیں لگتی، آٹھ سو سال پہلے بھی یہی جہالت ہوتی ہوگی اور ذات پات بھی ایسے ہی ہوگی.

روحوں (یا فوت شدہ لوگوں کو اور بزرگوں) کا خواب میں نظر آنا تو ایک ایسی چیز ہے جس پر اسلام کے سب فرقے متفق ہیں اور کوئی اعتراض نہیں کرتے. مگر روح کا جسم اختیار کرنا (یا کسی مزار پر صاحب مزار کا کسی آنے والے کو جاگتے میں ملنا) یہ ایک ایسا سوال ہے جس کا ہمیں قرآن یا حدیث میں کہیں ثبوت نہیں ملتا. علاوہ اس کے کہ حضرت عیسیٰ قیامت سے پہلے دنیا میں تشریف لائیں گے.

کچھ یہودی اپنے فوت شدہ انبیاء کی قبروں کو عبادت گاہیں بناتے تھے اور عیسائی اپنے گرجوں میں مجسمے رکھتے تھے (اور رکھتے ہیں) جس کا زیادہ زور قسطنطین اعظم (۳۲۵ عیسوی) کے دور سے ہوا. عیسائیوں سے پہلے روح کے دوبارہ جسم اختیار کرنے کا تصور ہندو

مذہب میں ملتا ہے جو ان کے دھرم کا پکا حصہ ہے. ہنود سے ہی یہ تصور یونان وغیرہ پہنچا اور کافی عرصہ بعد عیسائیوں نے بھی اس کو اپنا لیا. دراصل مذہب کی عقلی تشریح میں مدد لیتے لیتے بہت سے مذاہب میں فلاسفی سے ایسی چیزیں گھس آیا کرتی تھیں. آج کل بھی بے شمار عیسائی حضرت عیسیٰ کے دنیا میں موجود ہونے اور جسمانی طور پر آکر انہیں ملنے پر یقین رکھتے ہیں اور ایسے کچھ لوگوں نے اپنے ذاتی تجربات بھی بتائے ہیں.

اسلام میں روح کے واپس آنے کی بات کا پہلا سراغ مشہور منافق عبداللہ ابن سبا سے ملتا ہے. اسی کی سازشوں کی وجہ سے حضرت عثمانؓ کی شہادت تک بات پہنچی اور پھر ملت اسلامیہ فرقوں میں بٹ کر اتحاد سے محروم ہوتی چلی گئی. عبداللہ ابن سبا نے کیا کچھ کیا، اس کی پوری تفصیل میں جانا کتاب کی طوالت کا سبب بھی بنے گا اور کتاب کے موضوع سے بھی باہر چلا جاتا ہے.

یہ شخص پہلے یہودی تھا، جب اس نے دیکھا کہ اسلام کو دشمنی سے ختم نہیں کیا جا سکتا تو یہ غلط عقیدے پھیلا کر تفرقہ پھیلانے اور کمزور کرنے میں مصروف ہو گیا. مختصراً یہ شخص حضرت عثمانؓ کے دور میں بظاہر مسلمان ہو گیا اور پھر حضرت عثمانؓ کی خلافت کی مخالفت شروع کر دی اور کہنا شروع کر دیا کہ حضرت عثمانؓ غلط خلیفہ بنے اور حضرت علیؓ ہی رسول پاک ﷺ کے جانشین تھے.

Divide + Rule

اس نے ایک دن حضرت علیؓ سے کہا کہ ''آپ ہی سب کچھ ہیں'' جس سے اس کا خفیہ اشارہ اس بات کی طرف تھا کہ حضرت علیؓ ہی خدا ہیں. حضرت علیؓ نے اس کی بات کو سمجھ کر سخت ناراض ہو کر اسے مدینہ سے نکال دیا اور یہ شخص فارس چلا آیا. پھر یہ حضرت علیؓ کی شہادت کے بعد شام و مصر میں لوگوں سے کہنے لگ پڑا کہ حضرت لافانی ہیں، وہ زندہ ہیں. بادل ان کی گرج اور بجلی کی چمک ان کی مسکراہٹ ہے اور وہ ایک دن ناانصافی کو ختم کرنے اور انصاف کا بول بالا کرنے کے لیے دنیا میں تشریف لائیں گے. اس نے یہ بھی کہنا شروع کر دیا کہ اس کو تعجب ہے کہ حضرت عیسیٰ تو واپس دنیا میں آئیں گے مگر رسول پاک ﷺ سے کچھ مخصوص لوگوں کو خاص علم سینہ بہ سینہ دینے اور عام لوگوں کو عام علم دینے کے تصور کا موجد بھی وہی تھا.

اس افراتفری اور لڑائیوں کے دوران میں ان باتوں کی بہت شہرت ہوئی اور بہت فتنے پھیلے. وہاں سے ہی روح کے واپس جسم اختیار کرنے کی یہ بات اسلام میں داخل ہو گئی اور آج کل بھی یہ اپنی مختلف صورتوں میں اس میں موجود ہے.

مزاروں پر چونکہ بڑے عرصے کی قرآن خوانی اور دعاؤں کی وجہ سے روحانی توانائی موجود

ہوتی ہے. پھر انسان کی اندرونی شخصیت جو مختلف صورتیں اختیار کرتی ہے اور یہ جس سے بھی متاثر ہو جائے اس کی صفات اختیار کرتی جاتی ہے اور خوابوں میں بھی کبھی کبھی وہی صورت اختیار کر لیتی ہے، بلکہ بعض عقیدہ رکھنے والوں کے روحانی ترقی کر جانے کے بعد ان کو نیم جاگتے میں بھی صورت اختیار کر کے سامنے آ جایا کرتی ہے. جبکہ نہ ماننے والوں کو کبھی نظر نہیں آیا کرتی. (دیکھیے خوابوں کے باب میں لارڈ بائرن کی اسی اندرونی شخصیت کی مثال بیان ہو چکی ہے) اگر وہ شخصیت واقعی زندہ ہے جبکہ قرآن پاک یا حدیث صحیحہ میں اس کا کوئی ثبوت نہیں ملتا.

انسان کی اسی اندرونی شخصیت کے بارے میں رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ ہر آدمی کے ساتھ ایک شیطان ہوتا ہے. صحابہ کرام نے پوچھا کہ رسول پاک ﷺ کیا آپ کے ساتھ بھی ہے تو آپ ﷺ نے فرمایا ''ہاں'' ''مگر وہ مسلمان ہو گیا ہے اور مجھے صرف نیک باتوں کی تلقین کرتا ہے''

صحیح بخاری میں موجود حضرت عائشہ صدیقہؓ اور حضرت عبداللہؓ کی بیان کردہ حدیث پاک ہے کہ آپ ﷺ اپنے آخری بیماری کے وقت میں تکلیف کی حالت میں بھی فرماتے تھے کہ پھٹکار یہود اور نصاریٰ پر انہوں نے اپنے پیغمبروں کی قبروں کو عبادت گاہیں بنا لیا. آپ یہ فرما کر اپنی امت کو ایسے کاموں سے ڈراتے تھے. (صحیح بخاری باب ۲۹۵)

مگر ہم مسلمانوں نے کسی نہ کسی صورت میں قبر یا مزار پرستی کو جاری رکھا ہوا ہے اور جب بھی کوئی اس پر اعتراض کرتا ہے تو اس کا کوئی بہانہ یا عذر پیش کر کے بات کو گھما جاتے ہیں. میری یہ بات لکھنے کا مقصد اپنے بریلوی فرقے یا شیعہ فرقوں پر حملہ نہیں ہے بلکہ اس کا مقصد یہ ہے کہ ہم لوگ اپنی عقل کو بھی استعمال کریں اور غلط عقیدے اور رسموں سے بچیں کیونکہ انہیں باتوں سے آپس میں اختلاف کا آغاز ہوتا ہے. یہی باتیں ہمارے لیے آج کل بہت خطرہ اور آپس کی لڑائیوں کا سبب ہے اور ہمارے اتحاد کو سب سے بڑا نقصان دیتی ہیں، پھر مسلمانوں کو ایک دوسرے سے متنفر کرنے کے علاوہ اسلام تک سے متنفر کرتی ہیں.

اسلام کی تبلیغ میں بڑی رکاوٹ بھی اسی قسم کی باتوں سے پڑتی ہے. یہ بھی مت بھولیں کہ سو فیصد صحیح بات یا سچائی (علاوہ قرآن پاک کے) آپ کو کہیں بہت کم ملے گی، بڑے سے بڑا ولی اللہ بھی سو فیصد صحیح علم کا دعویٰ نہیں کر سکتا.

حدیث پاک ہے، رسول پاک ﷺ نے فرمایا ''جس نے مجھے دیکھا اس نے صحیح دیکھا کہ شیطان میری شکل اختیار نہیں کر سکتا.'' اسی حدیث پاک بنیاد پر ہم یہ مانتے ہیں کہ جس کو بھی

خواب میں آپ کی زیارت ہوئی اس نے آپ کو ایسے ہی دیکھا جیسے جاگتے میں دیکھا اور اسی حدیث پر ہمیں پکا یقین رکھنا چاہئے۔ مکمل یقین ہی مذہب و روحانیت میں ہر چیز کی بنیاد ہے۔

یہ یاد رکھیں کہ ماضی میں جا کر کسی ہستی سے ملنا بذریعہ خواب بھی ممکن ہے، مگر مستقبل ابھی تک چھپا ہوا ہوتا ہے۔ اس لیے مستقبل میں جا کر کسی سے ملنا ممکن نہیں ہے۔

رسول پاک ﷺ کے خواب کے علاوہ باقی جو خواب آئیں یا جو بھی ہستی خواب میں آئے، ان کے صحیح ہونے کی کوئی سو فیصد بات نہیں ہوتی اور ایک بات اور بھی یاد رکھنے والی ہے کہ حالیہ حالات معلوم ہو سکتے ہیں یا خواب میں بتائے جا سکتے ہیں لیکن مستقبل کا یقینی پتہ صرف اللہ تعالیٰ کو ہی ہے۔ ہماری اندرونی شخصیت یا اسے آپ ہمارا جن بھی کہہ سکتے ہیں، بے انتہا طاقتور ہے، اور یہ مختلف صورتیں بھی اختیار کر سکتی ہے۔

مجھے اور میرے ایک دو روحانی دوستوں کو ایسے تجربات ہوئے جس میں پتہ چلا کہ ان کی یہی شخصیت ان کے کسی مرید وغیرہ کے خوابوں میں مختلف صورتوں میں آئی، جیسے کسی بڑی عمر کے بزرگ وغیرہ کی صورت میں اکثر آنا شروع ہو جاتی تھی۔ اندرونی شخصیت کی طاقت سے متعلق مغرب میں اور خصوصاً امریکہ میں بے شمار تجربات کئے جا چکے ہیں جس میں پتہ چلا کہ یہ فاصلے پر بھی کام کر لیتی ہے۔ جیسے چیزیں ہلا لینا یا ہوا میں اٹھا دینا، بہت زیادہ طاقت والے کام کر لینے جو کہ بغیر کسی جسمانی طاقت کے استعمال ہو جاتے ہیں، فاصلے پر چیزیں دیکھ لینا، اور ہر طرح کی مخفی صلاحیتوں کا استعمال شامل ہے۔ مگر اس میں وہی لوگ ایسی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرتے تھے جو پیدائشی طور پر ان میں سے کسی ایک یا دو صلاحیتوں کے مالک تھے۔ ان کی تفصیل میں جانا کتاب کی طوالت کا سبب بن جائے گا۔ لیکن بہر حال یہ ایسی صلاحیتیں ہیں جن کا مظاہرہ صوفی بزرگ اور فقیر کرامات کی صورت میں کرتے رہے ہیں۔ اب سائنس دان بھی ان چیزوں کو ماننے لگے ہیں، مگر ان کے یقینی ہونے یا بروقت کام کرنے کے بارے میں مشکوک ہیں (اور ان کی یہ بات بہت حد تک صحیح ہے)

دراصل کسی بزرگ یا روحانی طاقت والے کی روح کے واپس اور جسمانی شکل اختیار کر کے اپنے مذہب والوں کی مدد کرنے کی ایسی ہی روایات ہر مذہب میں ملتی ہیں اور ماضی میں انہی باتوں کو ہر کوئی اپنے مذہب وغیرہ کے پراپیگنڈے میں استعمال کرتے رہے۔ یہود نے بھی خود پر صدیوں کے قتل عام اور ظلم و ستم کے بعد بولان (یا گولان، ایک بہت طاقتور انسان یا زندہ

مجسمے) وغیرہ کی کہانیاں گھڑ لیں، جو پچھلی صدی تک ان میں مشہور رہیں۔ اسی طرح یہودی حضرت موسیٰ کے دوبارہ دنیا میں آنے پر یقین کرتے تھے اور ان کا اعتقاد تھا کہ حضرت موسیٰ آ کر انہیں دشمنوں پر آخری فتح دلوائیں گے (اسی قسم کا عقیدہ ہمارے کچھ فرقے والوں کا بھی ہے) یہود نے یہ عقیدہ بیسویں صدی میں آ کر ترک کیا۔

سوچنے والوں کے لیے دلچسپی کا سبب یہ بات بھی ہے کہ ایسا عقیدہ ان کو اپنے دو ہزار سال سے جاری عیسائیوں کے ہاتھوں قتل عام سے نہ بچا سکا۔ دراصل سب لوگ اسی طرح کے سہارے ڈھونڈتے رہتے ہیں، حقیقت کا سامنا کرنا مشکل ہے، یہ بہت کڑوی ہوتی ہے۔ جب کہ اسلام کا پیغام یہی ہے کہ اللہ کا نور اپنے اندر تلاش کرو۔ مگر اللہ اور انسان کے درمیان بہت ٹھیکیدار آ کر کھڑے ہو گئے ہیں۔ دراصل آپ کے اندر ہی سب کچھ موجود ہے، لیکن ہم طرح طرح کے عجیب و غریب عقیدے، طریقے اور شارٹ کٹس اختیار کرنے میں لگے رہتے ہیں۔ کسی مقدس ہستی یا بزرگ کا خوابوں میں آنا چونکہ روحانی ترقی میں مددگار ثابت ہوتا ہے اور رہنمائی ملتی رہتی ہے۔ ایسی رہنمائی روحانیت میں ترقی کے لیے بڑی مددگار ثابت ہوگی ہے۔ اس کے طریقے کار کے متعلق بغیر پیر کے سالک کی خوابوں میں رہنمائی میں زیادہ تفصیل سے بتایا گیا ہے۔ جو ہم سب کے لئے بڑا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

یہ مت بھولیں کہ جو سالک اب بھی مزاروں کے علاوہ کوئی راہ نہیں پا رہے ہیں انہیں ایسا کرنا چاہئے کہ اعتقاد نہ تبدیل کریں مگر پکا توکل اللہ تعالیٰ سے ہی رکھیں، کہ اللہ جس کو بھی چاہے گا پکڑ کر ان کے راستے میں یا پاس لے آئے گا۔ پھر اگر اللہ کسی کو بھی لے آئے تو صحیح ہے۔

یعنی ہر چیز کے لیے اوپن رہیں۔ مگر توکل اللہ پر ہی رکھیں اور پکا رکھیں۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۶

دیگر مذاہب اور اسلام کی روحانیت

مذہب کیوں ضروری ہے

دنیا شروع سے ہی دو قسم کے لوگوں میں بٹی ہوئی ہے۔ایک مذہب اور اللہ کو ماننے والے دوسرے جو کسی مذہب کو (اور اکثر اللہ کو بھی) نہیں مانتے۔مذہب کی مخالفت میں کئی دلیلیں دی جاتی ہیں، جن میں سے سب سے اہم مختلف مذہبوں کی آپس میں نہ ختم ہونے والی لڑائیاں ہیں، بلکہ ایک ہی مذہب کے مختلف فرقوں کے لوگ بھی یہی کرتے ہیں۔

لوگوں نے بجائے انسان میں خدائی صفات پیدا کرنے کے الٹا خدا میں انسانی صفات (حسد، غصہ، غیرت وغیرہ) بنا ڈالی ہیں اور خدا کو اپنی اپنی قوم کے مزاج کا بھی ڈال لیا ہے۔ سترھویں صدی میں Blaise Pascal نے کہا کہ لوگ کبھی بھی اتنا ظلم وفساد خوشی کے ساتھ نہیں کرتے جتنا وہ مذہبی وجوہات سے کرتے ہیں۔

یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ مختلف زر اور زمین کی وجوہات سے جاری جنگیں ختم ہو جاتی ہیں۔لوگ آخر کار یہ سمجھ لیتے ہیں کہ اب لڑائی کا کوئی جواز نہیں رہا، مگر مذہبی جنگیں ختم نہیں ہوا کرتیں۔ پھر لوگ کہتے ہیں کہ آج کل زمانہ بہت ترقی کر چکا ہے، لوگ سمجھدار ہو گئے ہیں کوئی بلاوجہ دوسرے کو تنگ نہیں کرتا، صرف اچھا انسان ہونا لازم ہے مذہب کی اب کوئی ضرورت نہیں رہ گئی۔نفسیات دانوں اور فلاسفروں نے بھی مذہب کو نیند، نشہ، میٹھا زہر اور نہ جانے کیا کیا قرار دیا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ اسلام مذہب نہیں دین ہے۔ مذہب ہر انسان کا اپنا اپنا ہو سکتا ہے جو معاشرے کی اٹھان کے لیے زہر قاتل ہے جبکہ دین نہ صرف انسان کے ساتھ بلکہ انسان کے ہر شعبہ کے ساتھ ڈیل کرتا ہے۔ جو اس سے متعلق ہو۔یہی وجہ ہے کہ اسلام کی ہر عبادت کا اثر معاشرے پر بھی پڑتا ہے۔

مذہب کی سب سے بڑی کمزوری یہ بھی بتائی جاتی ہے کہ اس کے پیشوا ہر دور میں جدید علوم کی مخالفت کرتے رہے۔ مثلاً سترہویں صدی میں کلیسیا کے زوال کے بعد ہی صنعتی دور کی ابتدا

ہوئی. اسلامی مذہبی رہنما بھی ہر دور میں یہی کام بہت حد تک اسی طرح کرتے رہے۔ دوسری طرف مذہب کے حق میں بہت سے دلائل موجود ہیں۔

عام لوگ یہ کہتے ہیں کہ خدا غریب کا سہارا ہے۔

مشکل وقت میں ہر کوئی خدا سے ہی مدد مانگتا ہے۔

مذہب میں ہی سکون ملتا ہے۔

مذہب غلط نہیں مگر اس کے پیشوا غلط ہیں جو لوگوں کو لڑاتے رہتے ہیں۔

عبادت روح کی غذا ہے، وغیرہ وغیرہ۔

میں یہاں پر ایسی باتیں مذہب کے حق میں لکھ رہا ہوں جو میرے خیال میں اہم ہیں اور انہیں مذہب کے باقی رہنے کا سبب ہونا چاہئے۔

۱. سب سے پہلی بات یہ ہے کہ مکمل آزادی انارکی ہے یعنی جو دل چاہے کرو، لوٹ مار، دنگا فساد وغیرہ (آزادی کے باب میں تفصیل دیکھ لیں) معاشرے کے لیے کچھ پابندیاں ضروری ہیں جو مذہب میں موجود ہیں۔

۲. مذہب ہماری اندرونی صلاحیتوں کو پوری طرح استعمال کرنے میں مدد دیتا ہے، پھر زندگی آسان ہوجاتی ہے اور ہر چیز بھی آسانی سے مل جاتی ہے۔ یہ اندرونی طاقت کو بڑھاتا ہے اور یقین کام کی طرف لے کر جاتا ہے۔ عبادت کنسنٹریشن اور سوچ کی طاقت کو بڑھاتی ہے۔

۳. مذہب کی عبادات سکون دیتی ہیں۔ اس اندرونی سکون کی عدم موجودگی میں لوگ فراریت پسند Escapist بن جاتے ہیں، پھر ایک فرار سے دوسرے، ایک نشے سے دوسرے میں پھنستے چلے جاتے ہیں، (باب "بیٹھنے اور سوچنے سے مت ڈریں" میں اس موضوع پر زیادہ تفصیل موجود ہے) اس سکون کا نہ ہونا آج کل کے معاشرے کا سب سے بڑا مسئلہ ہے۔

۴. یہ خاندانی نظام کو تحفظ دیتا ہے بچے کی تربیت کے لیے ماں باپ دونوں کا ہونا ضروری ہے، مغرب میں مذہب سے دوری کی وجہ سے یہ نظام ٹوٹ چکا ہے جس کی وجہ سے وہاں بچے جرائم اور نشوں سے بہت کم ہی بچ پاتے ہیں (اس کی تفصیل آپ باب "یورپ اور مغرب کے لوگ" میں دیکھیں۔

۵. معاشرے کو کنٹرول کرنے کا سب سے بہتر مکمل، سستا اور دیرپا طریقہ یہی ہے، ورنہ جرائم کی بھرمار ہوجائے گی (اس کے لیے باب معاشرے کو کنٹرول کرنے کے طریقے سے رجوع کریں)۔ کمزور بنیادوں پر کھڑی عمارت کبھی زیادہ عرصہ قائم نہیں رہ سکتی۔

۶. مذہب زندگی میں مقصد دیتا ہے اس کی عدم موجودگی میں شاید ہی کوئی دیرپا مقصد ہو۔ مقصد جو زندگی میں خوشی کے لیے از حد ضروری ہے۔

۷. دنیا میں ہر شخص زیادہ سے زیادہ خوشی کی تلاش میں ہے اس کے لیے وہ اپنی عقل و شعور کے مطابق مختلف راستے اپنائے ہوئے ہے مگر آپ کی خوشی کا سب سے زیادہ انحصار آپ کے دوسرے لوگوں اور عزیز و اقارب کے ساتھ اچھے تعلقات پر ہے۔ خدا ہی ان تعلقات کو صحیح طریقے سے قائم رکھتا ہے ورنہ ہر شخص خود غرض ہوتا چلا جاتا ہے۔

اس میں یاد رکھنے والی بات یہ ہے کہ ایک مکمل مذہب کی سب چیزوں پر عمل ضروری ہے کہ یہ اینٹوں کی دیوار کی طرح ہے، جیسے اسلام میں ماں کی بیوی سے زیادہ اہمیت دی گئی ہے ورنہ سب بھائی شادی کے بعد بیویوں کو لے کر علیحدہ ہوجاتے۔ اس چیز سے مشترکہ خاندانی نظام کو تحفظ ملتا ہے، اسی طرح اور دوسری بہت سی چیزیں ہیں۔ ان سب چیزوں کا جائزہ لینے کے بعد میرا ووٹ مکمل طور پر مذہب کے حق میں جاتا ہے۔ آپ اپنا اپنا فیصلہ کرلیں۔

دیگر مذاہب

ہندومت

ہندومت دنیا کے قدیم ترین مذاہب میں شمار ہوتا ہے، ان کے پیغمبروں میں رام چندر جی اور مہاراج کرشن اہم ترین شمار ہوتے ہیں۔ ہندوؤں کی مذہبی کتابوں میں چار ویدوں کو بنیادی حیثیت حاصل ہے جو کہ بہت سے لوگوں کی لکھی ہوئی ہیں۔ ان چاروں ویدوں میں بھی چوتھی زیادہ معلوماتی اور دلچسپ ہے دراصل اس میں آریا لوگوں کی لکھی ہوئی ہیں۔ ان چاروں ویدوں میں بھی چوتھی وید زیادہ معلوماتی اور دلچسپ ہے دراصل اس میں آریا لوگوں سے پہلے انڈیا میں موجود تامل بھیل وغیرہ کے مذاہب کی چیزیں خاصی شامل کی گئی ہیں۔ درحقیقت ہندومت

ہندوستان میں دس ہزار سال سے موجود ہے، اس میں آریہ قوم کے لوگوں نے (جو کوئی 3500 سال پہلے وسط ایشیا سے یہاں آئے) تبدیلیاں کر کے اس کا نام آریہ دھرم (ہندو دھرم) رکھا. آریہ دھرم پر سب سے زیادہ اثر زرتشتی مذہب نے ڈالا.

ہندوستان کے قدیم آریاؤں کی فلاسفی (ہندو فلاسفی) ہی دراصل یونانی فلاسفی کی بنیاد بنی تھی، ہندوستان سے ہی اوتار (یعنی خدا انسان بن کر زمین پر آتا رہتا ہے) کا تصور رومنوں (یونانیوں) کے پاس پہنچا. ویسے بھی عام لوگوں کے لئے یہ ماننا مشکل ہوتا تھا کہ ان کی طرح ہی پیدا ہونے اور جسم رکھنے والا آدمی کیسے نبی یا پیغمبر بن سکتا ہے، نبی کو کوئی خاص چیز ہی ہونا چاہئے.

یونان سے ہی یہ تصور کچھ یہودیوں نے (حضرت عزیز کو خدا ماننے کی صورت میں) اور عیسائیوں نے (تین خداؤں کا تصور) بھی لیا. وہیں سے چلتا ہوا یہ تصور مسلمانوں کے کچھ فرقوں نے بھی کسی نہ کسی حد تک لیا. کچھ محققین یہ بھی کہتے ہیں کہ روح کا تصور بھی یہودیوں کو رومنوں سے ملا ورنہ پہلے وہ صرف قیامت کے دن دوبارہ جسمی زندہ ہونے پر یقین رکھتے تھے. روح کا تصور رومنوں کے پاس ہندوستان سے ہی پہنچا تھا. کچھ محققین کا کہنا ہے، کہ لافانی روح کا تصور بابل والوں سے ہنود کو ملا تھا.

ہندوؤں کی روحانی کتاب میں بھگوت گیتا کو بہت اہم حیثیت حاصل ہے. گیتا مہابھارت کی جنگ کے دوران مہاراج کرشن اور ان کے شاگرد اور چچازاد بھائی ارجنا کی بات چیت پر مشتمل ہے. اس میں مہراج کرشن ارجنا کو روحانیت کی تعلیم دیتے ہیں. مہابھارت کی جنگ کوروں اور پانڈوؤں کی لڑائی کے نام سے بھی مشہور ہے جو کہ پانچ ہزار سال پہلے کا واقعہ بتائی جاتی ہے. ہندو مذہب کے مطابق جب بھی زمین پر مذہب کی حالت خراب ہو جاتی ہے تو خدا انسان کے روپ میں زمین پر آتا ہے، جس کو اوتار کہا جاتا ہے، آگے ہنود نے اوتار کی بھی دو مختلف قسمیں لکھی ہیں، پہلے میں خدا خود انسانی جسم میں آتا ہے، جیسے وہ رام چندر جی اور مہراج کرشن کے روپ میں آیا. دوسری صورت میں خدا کسی کو بیٹے اور کسی کو دوست یا نوکر کے طور پر بھیجتا ہے. ہندوؤں کی ہرے کرشنا تحریک والے جس کے پورے یورپ اور امریکہ میں دفتر ہیں، انہوں نے اوتار کی اس قسم میں حضرت عیسیٰؑ اور رسول پاک کو بھی شامل کیا ہے. بھگوت گیتا تقریباً 400 ق م اور ویدیں کوئی 300 ق م میں منظر عام پر آئیں اور انہیں بہت حد تک مکمل کیا گیا.

ہندوؤں کی روحانیت میں تیاگ دنیا کو مرکزی حیثیت حاصل ہے جس میں انسان گھر بار بیوی بچے چھوڑ کر سنیاس لے لیتا ہے. تاکہ انسان کسی بھی دوسرے جھنجٹ میں توانائی ضائع کرنے کے بجائے پوری توجہ روحانیت پر دے.

ان کے عقیدے میں آوگان مذہب کی بنیاد ہے. اوگان کا مطلب یہ ہے کہ انسان بار بار پیدا ہوتا ہے اور بار بار مرتا ہے اور پچھلے جنم کے کرما (عمل) کے مطابق حالیہ زندگی گزارتا ہے اور اچھی یا بری صورت یا فیملی میں پیدا ہوتا ہے. اگر انسان اس زندگی میں اچھے عمل کرے گا تو اگلے جنم میں کسی برہمن میں پیدا ہوگا اور اگر عمل اچھے نہیں تو پھر کسی جانور کی صورت میں یا کسی شودر فیملی میں پیدا ہوگا. ویش کو بھی وہ ادنیٰ ذات میں شمار کرتے ہیں گو شودر چوتھی اور اچھوت سب سے گھٹیا ذات ہے. چھوت چھات کا بھی عمل دخل ہے، خصوصاً اچھوت سے ملنے یا ہاتھ ملانے سے برہمن کا دھرم بھرشت (خراب) ہو جاتا ہے. ہندوؤں میں سب لوگوں کو چار ذاتوں میں تقسیم کیا گیا ہے جو کہ برہمن، کھتری، ویشن اور شودر ہیں، جب کہ اچھوت بھی ایک ذات ہے جو کہ سب سے گھٹیا شمار ہوتی ہے. ہندوؤں کے کل تینتیس کروڑ دیوی دیوتا ہیں ان سب کا سردار برہما ہے. شیوا اور وشنو بھی اسی کی صورت میں مل کر ایک تکون بناتے ہیں.

ہندو مذہب اپنی تمام تر فلاسفی اور وسعت کے باوجود ذات پات، تیاگ دنیا اور آوگان کی بنیادی کمزوریوں سے جان نہیں چھڑا سکا. برہمن ذات کو ہر حال میں خوش رکھنے کی ہدایت کی گئی ہے. ہندومت کو کچھ لوگ ہندو فلاسفی بھی کہتے ہیں کیونکہ ہنود کسی صرف ایک پیغمبر کی شریعت پر ہی عمل پیرا نہیں ہیں. کچھ محققین اسے مذہب کے بجائے رسوم و رواج کا مجموعہ کہتے ہیں. پنڈت نہرو نے بھی اپنی آپ بیتی میں ہندومت کے بارے میں یہی کہا ہے.

تیاگ دنیا (دنیا چھوڑ دینا) کے بارے میں ہندوستان کا مشہور رائٹر (آنجہانی) شیری راجنیش لکھتا ہے کہ تیاگ کرنے والے کو دنیا کی ہر نعمت سے کنارہ کشی کرنی پڑتی ہے، اس کو ہندوؤں میں مرکزی حیثیت حاصل ہے. یہ انسانی نفسیات کے بالکل مخالف بات ہے. اس میں تیاگ دنیا کرنے والا ہر لذت چھوڑ چھاڑ کر جیسے سزا کے طور پر زندگی گزارتا ہے اور انسان کے ذہن میں ہمیشہ تھوڑا بہت شک و شبہ ضرور رہتا ہے کہ اس دنیا میں بھی سزا کاٹی اور اگلی زندگی کا کیا پتہ کہ ملے گی بھی یا نہیں، وہ کس نے دیکھی ہے. یہ ایک ایسا پہلو ہے جس سے نظر نہیں چرائی جا سکتی.

گیتا میں سب ویدوں کی روحانیت شامل بتائی جاتی ہے۔

اس میں بنیادی طور پر تیاگ دنیا اور ہر کام کو بھگوان (کرشن) کے واسطے کرنے کا کہا گیا ہے کہ دنیا میں جو بھی دنیاوی یا روحانی کام کرتے ہو اس کو بھگوان پر چھوڑ دو، اس کے نتیجے کے انتظار میں مت رہو۔ اگر اچھا ہو تو بھی بھگوان کا اور برا ہو تو بھی بھگوان کا۔ یہ خاصے کام کی بات ہے کہ انسان کے کسی بھی کام میں نتیجے کا ڈر ہی ناکامی کا بڑا سبب ہوتا ہے، اگر نتیجے میں ناکامی کا ڈر ختم ہو جائے تو انسان زیادہ کامیابی حاصل کرتا ہے۔

گیتا میں مہاراج کرشن نے جو باتیں کہیں ہیں ان میں ہر بات کے کئی مطلب نکلتے ہیں۔ ہر ایک گیتا لکھنے والے نے اپنی اپنی تشریح کی ہے، اس میں اشٹا بکر کا ایڈیشن سب سے بہتر مانا گیا ہے ہندوؤں کی روحانیت میں یوگا کو عبادت کا درجہ دیا گیا ہے، ہر آدمی یوگا کے ذریعے ہی روحانی ترقی کر سکتا ہے۔ یوگا میں سمادھی کی بڑی اہمیت ہے، یوگا کے ماہروں کے کہنے کے مطابق انسان سمادھی ہی میں بھگوان کو پا سکتا ہے۔

یوگا کی بہت سی قسمیں ہیں ان میں سے بھگتی کرما گیانا اور راجہ یوگا زیادہ اہم ہیں۔ شری راجنیش اس بارے میں لکھتا ہے کہ اہم ترین یوگا میں پہلے Outer Disciplines کراتے ہیں پھر Inner Discepline ہوتا ہے پھر کنسنٹریشن، میڈیٹیشن اور سمادھی اس طرح عام یوگی کی زندگی عموماً انرڈسپلن سے پہلے ہی ختم ہو جاتی ہے آسنا اور پوسچر کرتے کرتے ہی۔

اتنے زیادہ یوگا کے پوسچر ہیں کہ ان سب کو کرنا بہت ہی مشکل ہے زیادہ تر آخر کنسنٹریشن کی سٹیٹ تک ہی پہنچتے ہیں جب کہ سمادھی ہی میں انسان اصل جگہ پر پہنچ سکتا ہے۔

اور سمادھی کے بھی دو حصے ہیں ایک جس کو Smadhi with seed جو کہ Smadhi with mind بھی کہا جاتا ہے اور دوسری Seedless Smadhi جس کو Smadhi with no mind بھی کہا جاتا ہے پھر آگے ان کو مزید تقسیم کیا جاتا ہے قدم با قدم۔

جو کہ زمین سے آسمان تک مختلف قدم ہی قدم ہیں۔

سمادھی Trance ٹرانس کو کہا جاتا ہے جس میں انسان ذہن سے سب کچھ نکال کر اپنی توجہ خدا کی طرف کر لیتا ہے اور کوئی چیز اس کے ذہن میں نہیں ہوتی۔ جیسے ہپناٹیزم میں انسان اپنے حال اور حقیقت کو بالکل بھول کر کھو جاتا ہے یہ ویسے ہی ہے۔

شری راجنیش نے یوگا کو روحانیت میں مصروف رہنے کا بہانہ اور اناڑیوں کا کام قرار دیا ہے۔

یہاں پر ہندوؤں کی مقدس کتاب بھگونت گیتا کے اہم اور دلچسپ حصے پیش خدمت ہیں۔ بھگونت گیتا پرانی ہندی میں لکھی ہوئی 2800 سال پرانی شاعری ہے جو مہاراج کرشن نے اپنے چچازاد بھائی ارجن کو مہابھارت کی جنگ کے شروع میں بتائی۔

تزکیہ نفس کرنے والے اپنی خواہشات سے دور بھاگتے تو ہیں لیکن وہ خواہشات ساتھ اٹھائے پھرتے ہیں۔ جب انسان سچائی میں داخل ہوتا ہے تو وہ اپنی خواہشات پیچھے چھوڑ دیتا ہے حسی (محسوسات) اتنی سرکش ہیں کہ دماغ کو صحیح راستے سے بھٹکا دیتی ہے۔ لیکن روشن دماغ وہ ہے جو اپنی حسوں کو قابو میں رکھے۔ اپنے دماغ کو یکسو کرے اور میری (خدا) کی طرف مرکوز کر دے۔ انسان جب ایسی چیزوں کے بارے میں سوچنے لگتا ہے کہ جن کا تعلق حسیات Senses سے ہے تو وہ ان سے جذباتی طور پر وابستہ ہو جاتا ہے اور یہ وابستگی کو دبانے کی کوشش کی جائے تو وہ جذباتی ہیجان (غصے) میں بدل جاتی ہے۔ اگر انسان غصے میں ہو تو وہ ذہنی الجھاؤ کا شکار ہو جاتا ہے۔ ذہنی الجھاؤ کے باعث انسان تجربات کے سکھائے ہوئے سبق بھول جاتا ہے اسی طرح وہ صحیح اور غلط کی تمیز کھو دیتا ہے اور زندگی کے اصل مقصد (منزل) سے بھٹک جاتا ہے۔

جب انسان کی ذات میں طمع اور نفرت کا عنصر موجود نہیں ہوتا تو وہ بے دھڑک ان چیزوں (طمع اور نفرت) کے درمیان سے گزر جاتا ہے اور روح خدا کی بندگی میں اس کی اصل خوشی مضمر ہوتی ہے اس دائمی سکون میں دکھ کا مکمل خاتمہ ہو جاتا ہے اس کے پر مطمئن دماغ کو دائمی سکون مل جاتا ہے۔

ایک الجھا ہوا ذہن یہ نہیں سمجھ سکتا کہ روح کا بھی وجود ہے۔ وہ مراقبہ نہیں کر سکتا۔ مراقبے کے بغیر سکون کہاں اور سکون کے بغیر خوشی کہاں۔ ذہن ایک کشتی کو اس کے متعین کردہ رستے سے ہٹا دیتا ہے۔ انسانی حسیات منتشر ہواؤں کی طرح ذہن کو بھٹکا دیتی ہیں اور ان کے سمجھنے کی صلاحیت کو منزل سے دور کر دیتی ہے۔ جب انسان اپنی نفسانی خواہشات پر قابو پا لیتا ہے تو وہ باشعور ذہن کے لیے یہ اندھیری رات کی تاریکی ہے۔ بے شعور انسان کے لیے اس کی نفسانی زندگی اہم ہے جسے وہ روشنی تصور کیے ہوئے ہے۔ جب کہ صاحب بصیرت کے لیے یہ اندھیرا ہے۔

پانی مسلسل سمندر کے بہاؤ میں شامل ہوتا رہتا ہے لیکن سمندر اس سے بھی مضطرب نہیں ہوتا، اسی طرح نفسانی خواہشات ایک صاحب بصیرت کے ذہن میں آتی ضرور ہیں۔ مگر وہ کبھی مضطرب نہیں ہوتا۔ صاحب بصیرت سکون سے آشنا ہوتا ہے۔ اسی کے برعکس

نفسانی خواہشات کا تابع انسان کبھی سکون حاصل نہیں کرسکتا سکون اسے حاصل ہوتا ہے جس نے نفس کی طلب کو بھلا دیا ہو. وہ نفسانی خواہشات، انا اور فخر وغرور سے آزاد رہتا ہے. یہ ایک برہمن کے نروان کی حالت ہے، اب انسان واپس فریب وسراب کی دنیا میں واپس نہیں جاسکتا. حتیٰ کہ جسمانی موت کے وقت بھی وہ اس نروان میں زندہ ہوتا ہے، وہ اور برھما (خدا) ایک ہوتے ہیں.

برھما (خدا) اور آتما (روح) ایک ہی چیز ہیں. برھما کو آتما کہا جاتا ہے. کرشنا کا قول ہے کہ میں نہ پیدا ہوتا ہوں نہ مرسکتا ہوں. میں ہر ذی روح کا مالک ہوں. میرا پیدا ہونا صرف ظاہری ہے، حقیقت میں میری صرف مایا (روح) ہے. میں اپنی اپراکریتی کا مالک ہوں، یہ وہ طاقت ہے جو کہ مجھے بناتی ہے. جب کبھی نیکی کی قوت کمزور پڑنے لگتی ہے اور بدی غالب آجاتی ہے تو میں اپنے آپ کو ایک جسمانی وجود میں ڈھال لیتا ہوں. میں ہر دور میں واپس آتا ہوں، نیکو کاروں کی نجات کے لیے اور بدی کو ختم کرنے کے لیے، سچائی کا بول بالا کرنے کے لیے. خوف، لالچ اور غصے سے بھاگنے والا مجھ میں پناہ ڈھونڈتا ہے اور میرے وجود کی آگ میں پاک و صاف ہوجاتا ہے. مجھ میں کئی لوگ پناہ ڈھونڈتے ہیں. جو کچھ انسان پرستش (پوجا) میں مجھ سے مانگتا ہے، میں اس کی وہ خواہش پوری کردیتا ہوں. انسان جس راہ (مذہب) پر بھی چلتا ہے وہ میرا راستہ ہے. خواہ وہ کوئی بھی راہ (مذہب) ہو، اسے مجھ تک لاتی ہے"

یوگا کے بارے میں گیتا میں لکھا ہے کہ راجہ یوگا سب سے اہم ہے.

The path of raja yoge is said to have eight steps.

(1) Practice of moral virtues (2) Regular habit of purity, contentment, study, austerity and self surrender to god. (3) posture (4) Control of the vital energy by breathing exercises (5) Withdrawal of mind from sense objects (6) Concentration (7) Meditation (8) Absorpition in the Consciouness of God.

ترجمہ. راجہ یوگا کے آٹھ مدارج ہیں. (1) اخلاقی قدروں پر عمل کرنا (2) پاکیزہ عادات اپنانا قناعت، غور وفکر، میانہ روی اور خود کو خدا کے حوالے کردینا (3) آسن (4) اپنی قوت حیات کو سانس کی مشقوں کے ذریعے قابو میں رکھنا (5) ذہن کو مادی اشیاء سے ہٹانا (6) غور وفکر (7) مراقبہ (8) فنافی خدا.

گیتا میں کچھ اور دلچسپ باتیں بھی لکھی ہیں. جیسے روح کے ایٹم علیحدہ قسم کے اور بہت چھوٹے ہوتے ہیں، یہ انسانی بال کے سرے کے دس ہزارویں حصے کے برابر ہوتے ہیں. ان کو کوئی چیز تباہ نہیں کرسکتی نہ آگ نہ کوئی اور ہتھیار.

جسم میں دو (souls) ہوتی ہیں، سپر سول (پرماتما) اور ایٹمی سول (jusetma) دل دونوں کا مرکز ہے.

موت کے وقت جو جس تصور میں ہوتا ہے وہی بن جاتا ہے. اس وقت شیر کا تصور کرو تو شیر سور کا تصور کرو تو سور بن جاتا ہے مرتے وقت کرشن کا سوچو تو کرشن سے مل جاؤ گے. دریائے گنگا کرشن کے قدموں (Lotus Feet) سے نکلی ہے، کھشتری کو جوئے اور جنگ کا چیلنج ہر وقت قبول کرنا چاہئے، اسے یہ حکم ہے. عورتوں اور بچوں کی نگرانی ضروری ہے، دونوں غلطی کرتے ہیں. عورتیں عموماً کم عقلمند ہوتی ہیں، کرشنا اور برھما (بھگوان) ایک ہی چیز کے دو نام ہیں.

بزرگوں کے نام پر نذرانہ وغیرہ دیا کرو ورنہ وہ بھوت پریت بن سکتے ہیں. کسی دوسرے دیوتا کے بجائے صرف کرشنا کی پوجا کرو، یہ کافی ہے، گوشت خورے کالی کی پوجا کریں. سورج کرشنا کی آنکھ ہے. بتوں (Demi gods) کی پوجا سے جلدی نتیجے ملتے ہیں، مگر بہتر ہے صرف کرشنا کی پوجا کرو، کرشنا نے اپنے والد کو بتوں کی پوجا سے روکا تھا. یوگا کرتے وقت خواہشوں، خوف اور غصے سے آزادی کا سوچو، باہر کی سب حسیں (دیکھنا سننا محسوس کرنا) بند کرکے اپنی آنکھوں کے درمیان ماتھے پر دیکھو، سانسوں پر توجہ دو اور دماغ کو کنٹرول کرو. یوگا میں جسم، گردن، سر ایک سیدھی لائن میں رکھنا ہے.

مہاراج کرشن نے عمل (کرم) کے نتائج کی خواہش یا لالچ کی وجہ سے انسان کے بار بار پیدا ہونے کا بتایا اور فرمایا کہ کرموں کے نتائج کا لالچ چھوڑنے کی صورت میں انسان دوبارہ پیدا ہونے اور مرنے سے بچ جاتا ہے. سیا یوگی کرشنا کو ہر چیز میں دیکھتا ہے، بندہ یوگی (Yogi) نہیں بن سکتا اگر وہ بہت زیادہ یا بہت کم کھائے یا بہت زیادہ یا بہت کم کھائے یا بہت زیادہ یا بہت کم سوئے. یوگا کو قوت ارادی (Determination) اور یقین (Faith) کے ساتھ کرو.

یہاں میں ایک وید کا ذکر کرنا چاہتا ہوں، میرے ایک جاننے والے ساؤتھ افریقہ کے رہنے والے ہندو نے مجھے بتایا کہ اسے انڈیا میں سفر کے دوران اسے پڑھنے کا اتفاق ہوا، اس وید میں رسول پاک ﷺ کی مکمل پیش گوئی موجود ہے. اسی چیز کا ذکر کتاب مرآۃ الاسرار میں بھی

ہے، دوسری طرف حضرت عیسیٰؑ کے حواری برنباس کی بائبل میں بھی یہ ذکر موجود ہے. عجیب بات یہ ہے کہ ہم پاکستانی مسلمان جادوٹونے کا سارا الزام ہندوؤں پر لگاتے ہیں، مگر آج کل کے تقریباً تمام انڈیا میں سب جادوٹونے کا کام ہمارے مولوی ہی کر رہے ہیں، بلکہ انڈیا سے باہر ساؤتھ افریقہ اور موریشش میں (جہاں انڈین ہندو اور مسلمان کافی تعداد میں آباد ہیں) بھی یہ کام مسلمان مولویوں نے ہی سنبھالا ہوا ہے۔

عدم تشدد کا نظریہ ہندوستان سے ہی چلا، حضرت عیسیٰؑ نے بھی اس کا پیغام دیا، مہاتما بدھ کا بھی یہی پیغام تھا، لیکن حکومتیں عدم تشدد کے نظریے سے نہیں چل سکتیں، اس نظریے کے تحت ہندوستان والوں کو فوج ہی نہیں رکھنی چاہئے، لیکن فوج نہ رکھنے کے بعد ہندوستان کا کیا ہوگا یہ بتانے کی ضرورت نہیں ہے۔

گو صوفیاء اور سب روحانی لوگ اس نظریے پر عمل کرتے ہیں۔

ہندوستان کی بیسویں صدی کی روحانی شخصیات میں شری راجنیش (OSHO) اور کرشنا مورتی کا نام قابل ذکر ہے۔

بدھ مت

مہاتما بدھ کسی نئے مذہب کو لے کر نہیں آئے تھے، انہوں نے صرف ہندو مذہب میں اواگان (بار بار پیدا ہونا اور مرنا) سے نجات کا راستہ بتایا تھا۔

مہاتما بدھ نیپال میں کوئی 500 سال قبل از مسیح میں ایک ہندو کھتری فیملی کے گھر پیدا ہوئے، ان کی تعلیم بنیادی طور پر یہ ہے کہ زندگی سزا Suffering اور Misery ہے، جس سے نجات ممکن ہے، اگر انسان لالچ نفرت اور کینہ چھوڑ دے تو دائمی سکون (نروان) مل جائے گا ورنہ انسان بار بار پیدا ہوتا اور مرتا رہتا ہے، مہاتما بدھ کی تعلیمات سینہ بہ سینہ چلتی تھی، جب یہ تعلیمات تبت پہنچیں تو انہوں نے اس کا لاما ازم بنا لیا. نروان ملنے کے بعد مہاتما بدھ نے پیغام دیا جو چار عظیم سچائیوں (نوبل ٹروتھ) کے نام سے جانا جاتا ہے۔

(1) زندگی ایک کشٹ (Suffering) ہے

(2) اس سزا سے رہائی ممکن ہے

(3) اس سزا سے رہائی کا ایک راستہ ہے

(4) اس سزا سے رہائی ملنے کو ہی نروان کہتے ہیں (انہوں نے فرمایا کہ انسان لالچ

کی وجہ سے ہی بار بار پیدا ہوتا رہتا ہے اور اگر انسان لالچ نفرت اور کینہ چھوڑ دے تو نروان (دائمی سکون) مل جاتا ہے. نروان کی تشریح یہ ہے، تمہیں کچھ نہیں کرنا چاہئے، کہیں نہیں جانا چاہئے کچھ بھی نہیں بننا چاہئے علاوہ اس کے جو کچھ موجودہ حالات میں ہیں۔

مہاتما بدھ کے پیروکار آج کل تین بڑے حصوں میں تقسیم ہیں Theravadas سکول دوسرا Mahayana جو مزید دو حصوں Zen اور Soka Bakkai میں تقسیم ہے، تیسرا Tarntrismel کہلاتا ہے۔

ان سب میں مراقبات کرائے جاتے ہیں اور سانس کی مشقیں شامل ہیں۔

ان سب سکولوں میں Zen خصوصاً قابل ذکر ہے، اس کے بھی دو حصے ہیں. دنیا میں زیادہ مشہور Zen سکول کے اہم مراقبے میں بس خالی بیٹھ کر اپنی سوچوں کو دیکھا جاتا ہے، آہستہ آہستہ سوچیں کم ہوتی جاتی ہیں جو کہ ذہنی صحت مندی اور طاقت کی نشانی ہے. جب انسان اکیلا بیٹھ کر اپنی سوچوں کو دیکھ لیتا ہے تو وہ بہت مضبوط ہو جاتا ہے، پھر اس میں فراریت بھی نہیں رہتی یعنی حقیقت سے فراریت جو بہت سی ذہنی امراض کا سبب بنتی ہے، ختم ہو جاتی ہے. اس کے علاوہ کم سوچ ہونے کی وجہ سے اپنے اندر جھانکنے میں آسانی رہتی ہے، پھر دوسروں کے اندر دیکھنا بھی ممکن ہو جاتا ہے۔

یہودیت Judaism

اب ہم یہودیوں کی مذہبی کتاب کو تورات کہتے ہیں جو عہد نامہ قدیم میں موجود ہے عہد نامہ قدیم کے کل 39 باب ہیں جب کہ کل چھ سات باب ہی تورات اور زبور کے ہیں. کچھ سکالر کہتے ہیں کہ حضرت موسیٰؑ جب کوہ طور سے تورات لے کر آئے تھے تو ان کو وہاں دس تختیاں اس کے علاوہ بھی ملیں تھیں اور تورات میں پرانے صحیفے بھی شامل تھے. (تورات تقریباً 3500 سال پہلے اور زبور 3200 پہلے لکھی گئی) 586 ق م میں جب بخت نصر بادشاہ بابل نے یروشلم پر حملہ کیا تو ہیکل سلیمانی کو تباہ کر کے یہودیوں کو غلام بنا کر لے گیا، ان کی سب مذہبی کتابیں و دستاویزات جلا دی گئیں. یہودی ان کی غلامی میں تقریباً 50 سے 80 سال تک رہے، اس میں ان کی پوری دو نسلیں مر گئیں. جب یہود بابل والوں کی غلامی سے چھوٹے تو ان کے ایک سردار اسرار نامی نے 140 سال کے بعد تورات دوبارہ لکھی کی. چونکہ کوئی پرانا نسخہ نہ بچا تھا اس لیے اس نے یہودیوں میں

سے 70 آدمی لیے جن پر لوگ اعتبار کرتے تھے، ان 70 آدمیوں کی یادداشت کی مدد سے تورات دوبارہ لکھی گئی. یورپ میں عیسائی عالم ابھی تک بڑا افسوس کرتے ہیں کہ یہ بہت بڑا نقصان ہوا کہ تورات ہم نے بابل میں کھودی. یہودیوں کے آج کل تین اہم فرقے ہیں جب کہ اسرائیل میں موجودہ اسی فیصد لوگ خود کو مذہب سے آزاد کہتے ہیں. یہودیوں کا روحانی فرقہ قبالہ کہلاتا ہے، میں اس کے کچھ ماہروں سے ملا ہوں.

زمانہ قدیم میں یہودیوں نے یہ نظریہ بھی مشہور کردیا کہ یہودی ہی جنت میں جائیں گے. ان سے یہی نظریہ عیسائیوں نے بھی اپنایا کہ حضرت عیسیٰؑ ہماری خاطر ہی سولی چڑھے تھے، اس لیے ہم سب کو معافی مل چکی ہے اور ہم سب جنت میں داخل ہوں گے. ہمارے بہت سے مولوی بھی اس پراپیگنڈے میں رہتے ہیں کہ مسلمانوں پر دوزخ کی آگ حرام ہے. حالانکہ اسلام کا یہ عقیدہ ہے کہ سب موحدوں (توحید والوں) کی نیکیاں ضائع نہیں جائیں گی. یعنی سب موحد جنت میں جاسکتے ہیں، مگر فیصلہ ہر ایک کے اعمال پر ہی ہوگا.

یہودی ہر راستہ دکھانے والے کو نبی کہتے تھے اور ان کے ہر وقت کئی کئی نبی ہوا کرتے تھے بلکہ ان کے ہر قصبے میں پیشگوئی (Prophesy) سکھانے کے سکول ہوا کرتے تھے. جہاں پر لوگوں کو باقاعدہ کشف الہام اور سچے خوابوں کی مشق کروائی جاتی تھی اور جب بھی اس وقت کا کوئی مشہور نبی وہاں آیا کرتا تھا تو اس قصبے کے سب سکول والے ناچتے گاتے اس کے استقبال کے لیے جایا کرتے تھے.

ان کے اکثر ایسے نبوت کے دعویٰ دار بھی ہوا کرتے تھے جو غلط پیش گوئیاں کیا کرتے تھے. ان کا ایک نمونہ بخت نصر کے ہاتھوں یروشلم 586 ق م کے واقعے میں بھی ملتا ہے (مثال کے لیے عہد نامہ قدیم کا مطالعہ کریں) سقوط یروشلم کے بعد یہود نے یہ طریقہ ترک کردیا.

عیسائیت Christianity

عیسائیوں کی مذہبی کتاب کو بائبل عہد نامہ جدید New Testament کہتے ہیں.

حضرت عیسیٰؑ نے کوئی کتاب خود نہیں لکھوائی تھی، مگر ان کی سب باتوں کو ان کے بارہ حواریوں نے لکھا جس سے بائبل بنیں. پھر انہی بائبلوں سے آگے سینکڑوں بائیبل بنائی گئیں جو کہ کوئی ڈھائی سو سال پہلے ختم کر کے اب کی موجود بائبلیں رہنے دی گئیں. عہد نامہ جدید کے

کل 27 باب ہیں اس طرح عہد نامہ قدیم و جدید کے ملا کر کل 66 باب ہیں، جن میں عہد نامہ جدید کے چار مشہور ایڈیشن ہیں جو کہ مارک، متی، لوکاس اور جان کی بائیبلوں کے نام سے مشہور ہیں.

عیسائیت مغربی دنیا سے ختم ہوتی جارہی ہے، اس کے بعد مشرق کی باری آئیگی، عیسائیت کے مغرب سے ختم ہونے کی ایک بڑی وجہ مغربی حکومتوں کی اس میں عدم دلچسپی ہے، کیونکہ حضرت عیسیٰؑ نے دنیا پر حکومت کرنے کا کوئی طریقہ نہیں بتایا بلکہ یہ فرمایا کہ اگر کوئی ایک گال پر تھپڑ مارے تو دوسرا گال بھی اسے پیش کردو.

کتھولک حضرت مریمؑ کو خدا کی بیٹی مانتے ہیں اور پوپ پال Church of Rome کو مانتے ہیں. پروٹسنٹ بطور احتجاج کیتھولکوں سے علیحدہ ہوئے، یہ پوپ پال کو نہیں مانتے. حضرت عیسیٰؑ کو اللہ کا بیٹا مانتے ہیں، ان کے عقیدے کے مطابق حضرت عیسیٰؑ کو مصلوب نہیں کیا گیا تھا بلکہ زندہ آسمان پر اٹھایا گیا تھا. عیسائیوں کے بارہ اہم فرقے ہیں.

جو کہ مندرجہ ذیل ہیں.

(1) Baptist (2) Methodist (3) Jehavahs Witness (4) Lutherans (5) Episcopalians (6) Latter day Saints (7) Pentecostal (8) Presbyterian (9) United Church of Christ (10) Church of Christ (Disciptes)(11)Roman Catholics (12) Orthodox

ان کے علاوہ بے شمار اور بھی چھوٹے چھوٹے فرقے ہیں. ان کے آپس میں مختلف معاملات پر علیحدہ علیحدہ نظریات ہیں، خصوصاً طلاق وغیرہ پر. آج کل یورپ میں ایک نئی بحث عیسائیت کے حوالے سے چل رہی ہے. اس کی بنیاد کچھ ایسی پرانے دستاویزات ہیں جو حضرت عیسیٰؑ کے سو سال کے بعد کی لکھی ہوئی ہیں اور دوسری جنگ عظیم کے بعد فلسطین میں لوگوں کو ملیں.

تحقیق سے معلوم ہوا کہ وہ صحیح ہیں، مگر ان میں عیسائیت کی جو شکل بتائی گئی ہے وہ موجو شکلوں سے نہیں ملتی. انہیں دستاویزات پر مبنی ایک اہم دستاویزی فلم بنائی گئی جو ہالینڈ، بلجیم اور دوسرے ملکوں میں دکھائی گئی. اس میں یہ بھی بتایا گیا کہ قسطنطا ئین اعظم نے مذہب کی شکل کیسے بدلی. اس فلم میں کہا گیا ہے کہ حضرت عیسیٰؑ اگر اب دنیا میں آجائیں تو وہ عیسائیت کا موجودہ طریقہ دیکھ کر سکتے میں رہ جائیں گے. انہیں جس طرح خدا کا بیٹا بنالیا گیا ہے یہ بھی ان کے

پیغام میں شامل نہیں ہے۔ بہت سی اور باتیں بھی اس میں پتہ چلی ہیں۔ ان پرانی دستاویزات کو صحیفہ بحر مردار (Dead Sea Scroll) کا نام دیا گیا ہے۔ اس پر مبنی ایک فلم تقریباً اکتوبر 1999ء میں ہالینڈ ٹی وی پر دکھائی گئی جس کا بنانے والا ایک امریکن تھا۔ اس کے بعد 27 فروری 2000ء کو بلجیم ٹی وی پر ایک عیسائیت سے متعلق فلم دکھائی گئی جس کے بنانے والے گورے نے اس میں کہا ''حضرت عیسیٰ نے فرمایا میں کوئی نیا مذہب لے کر نہیں آیا۔ تم لوگ (یہود) تورات کے احکامات (Commandments) کو مختلف نظر سے دیکھنے لگ پڑے ہو، میں مذہب کی اصل روح واپس لانے آیا ہوں۔'' (یہ لفظ بائبل میں بھی اسی طرح موجود ہیں) اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ پھر عیسائی مذہب علیحدہ مذہب کیسے بنا۔

مجھے اپنی تحقیق (جو زیادہ تر مغربی لوگوں کی کتابوں سے ہی کی گئی ہے) میں معلوم ہوا کہ دراصل یہ سب کام سینٹ پال نے کیا تھا۔ سینٹ پال جو ایک قانون دان تھا اور یہودی نسل ہونے کے باوجود رومن شہری بن گیا تھا۔ یہ خود حضرت عیسیٰ کا حواری نہیں تھا، کوئی 49 عیسوی میں ان کے حواریوں کے سامنے آیا اور زیادہ ذہین ہونے کی وجہ سے طاقت پکڑ گیا۔ اس نے اپنے خاص ساتھی برناباس کو بھی بالکل پشت پر کر دیا۔ اس کے بارے میں مغرب میں شائع شدہ کتابوں میں بہت کچھ لکھا گیا ہے۔ بہر حال یہاں پر بیسویں صدی کے مشہور انگریز فلاسفر برٹینڈ رسل کی کتاب اے ہسٹری آف یورپین فلاسفی کے باب ''عیسائیت کے پہلے چار سو سال'' کو لینا ہی کافی ہے، جس میں لکھا ہے۔

''سینٹ پال کا خیال تھا کہ لوگ ختنہ کی رسم Circumcise اور سور کھانے پر پابندی کی وجہ سے ان کی طرف نہیں آ رہے، اس نے ان دونوں پابندیوں کو ختم کر دیا'' اس کتاب کے حوالے کے علاوہ اور نقاد بھی سینٹ پال پر یہ الزام لگاتے ہیں کہ اس نے خدا کو بھی غائب کر کے حضرت عیسیٰ کو اوتار بنا کر بائبل عہد نامہ جدید میں خدا کی جگہ پر بٹھا دیا۔ عہد نامہ جدید کے ۲۷ بائبلوں میں سے چودہ سینٹ پال کی ہی لکھی ہوئی ہیں۔

اوپر بیان کردہ دونوں رسموں کو ختم کرنے اور دوسری دماغی زرخیزیوں کی مدد سے سینٹ پال ایک نئے مذہب (عیسائیت) کو وجود میں لے آیا، جب کہ حضرت عیسیٰ پرانے مذہب کی اصل روح واپس لانے کا پیغام دے کر گئے تھے۔ دراصل حضرت عیسیٰ کا پیغام یہ تھا کہ

''حضرت موسیٰ کے احکام کی صحیح پیروی کرو اور آخری نبی کا انتظار کرو۔''

سینٹ پال پر مشہور جرمن فلاسفر نطشے نے بھی بائبل کے حوالے سے بہت سے الزام لگائے ہیں، ان میں سے کچھ کو آپ اسی کتاب ہسٹری آف یورپین فلاسفی میں پڑھ سکتے ہیں۔ حضرت عیسیٰ کے دو اہم ترین احکام یہ ہیں، خدا کے ساتھ پیار کرو اور اپنے پڑوسی (ساتھیوں) سے بھی اپنے جتنا پیار کرو۔ بائبل پہلے عبرانی میں لکھی گئی، زیادہ تر یہ کام 50 عیسوی کے بعد ہوا۔ بعد میں بائبل کے دوسری زبانوں میں ترجمے ہوئے۔ زیادہ یورپ کی پرانی زبان لاطینی تھی جس سے بعد میں مختلف یورپین زبانیں بنیں۔ لاطینی زبان بالکل تبدیل ہو چکی ہے۔ عبرانی بھی کافی بدل چکی ہے۔ درحقیقت بہت سی پرانی زبانوں میں وقت کے ساتھ ساتھ نئے الفاظ شامل کیے جاتے ہیں اور ہر زبان وقت کے ساتھ ساتھ کچھ نہ کچھ تبدیل ہوتی رہی ہے۔ بائبل میں عورت کو حکم ہے کہ وہ مرد کی فرمانبرداری کرے، مغرب کی عورت یہ پابندی کسی بات پر برداشت نہیں کرنا چاہتی۔

اسلام کی روحانیت کا تقابلی جائزہ

ہم مسلمان یہودیوں اور عیسائیوں کی مذہبی کتابوں کو مانتے ہیں۔

تورات کے آخر میں ہے ''اللہ طور سینا پر آیا اور ساعیر (بیت المقدس کا پہاڑ) سے چمکا اور فاران سے بلند ہو کر پھیلا'' (فاران مکہ کے پہاڑ ہیں)۔

قرآن پاک میں سورۃ التین میں لکھا ہے۔

''قسم انجیر کی اور زیتون کی اور طور سینین کی اور شہر امن والے کی'' محققین کہتے ہیں کہ التین اور الزیتون سے دو پہاڑوں کی طرف اشارہ ہے جن کے قریب بیت المقدس واقع ہے، وہاں یہ درخت بکثرت پائے جاتے ہیں اور وہی مولد و مبعث حضرت عیسیٰ کا ہے اور طور سینین یا طور سینا وہ پہاڑ ہے جہاں پر حضرت موسیٰ سے اللہ تعالیٰ نے کلام کیا اور امن والا شہر مکہ معظمہ ہے جہاں رسول پاک مبعوث ہوئے اور قرآن پاک اتارا گیا۔

روحانیت کے بہت سے سکولوں نے (منترا Mantra) کی اہمیت پر بہت زور دیا ہے۔ اس میں استاد اپنے شاگرد کو کوئی نہ کوئی منترا دوہرانے کو کہتا ہے جیسے ہندو ہر وقت اوم، اوم یا کرشنا والے ہرے کرشنا کرتے رہتے ہیں۔ یہ منترا (ورد) بہت زیادہ اہمیت رکھتے ہیں، یہ اسی زبان میں کیے جاتے ہیں جن میں وہ مذہبی کتاب میں موجود ہیں۔ اگر ان کا ترجمہ کیا جائے تو ان کا مطلب تو وہی رہتا ہے لیکن اثر ختم ہو جاتا ہے۔

مثلاً اگر آپ لا الہ الا اللہ پڑھتے ہیں اس کے بجائے آپ یہ پڑھیں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، تو آپ کو کوئی فائدہ نہ ہوگا یا بہت کم فائدہ ہوجاتا ہے۔

سائنسدانوں نے معلوم کیا ہے کہ آپ کی زبان کے ہر حصے کا دماغ کے ایک حصے میں تعلق ہوتا ہے۔

روحانیت والے کہتے ہیں کہ اگر لفظ کو بار بار دہرایا جائے تو پھر دماغ کا ایک خاص حصہ زیادہ متحرک (Active) ہوجاتا ہے اور اس میں موجود مخفی صلاحیت بھی بیدار ہوجاتی ہے، یہ بات مجھے ہالینڈ کے ایک روحانیت کے ماہر نے بھی بتائی جو ساری دنیا ایسے ہی چکروں میں گھوم چکا تھا۔ وہ کرسچن تھا مگر اس نے لفظ اللہ کی بڑی تعریف کی تھی۔

اتنی لمبی بات کرنے کا مطلب یہ ہے کہ یہودیوں اور عیسائوں کی مذہبی کتابوں میں موجود ورد وہ نہیں رہے جو کہ ہونے چاہئیں تھے۔ جب کہ قرآن میں موجود الفاظ کسی اعراب تک کی غلطی کے بغیر اسی طرح موجود ہیں۔ اس کے علاوہ دوسری روحانیت میں اکثر لوگ گھر بار بیوی بچوں کو چھوڑ کر جنگل اور ویرانوں میں چلے جاتے ہیں۔ جس کا مقصد خواہشوں سے چھٹکارا پانا، ہر دنیاوی فکر سے آزاد ہونے کے علاوہ یہ بھی ہوتا ہے کہ انسان وہاں اکیلا اور فطرت Nature (پودے، درخت، پانی وغیرہ) کے پاس ہوتا ہے، وہاں یہ پرسکون ہوتا ہے اور اسے اپنے اندر کی آواز سننے میں آسانی رہتی ہے۔ جب کہ معاشرتی زندگی میں انسان ہر وقت دوسروں کے ساتھ مصروف رہتا ہے اور اپنے اندر نہیں جھانک سکتا (اسلام میں دنیا سے مستقل کنارہ کشی کرنے کی ممانعت ہے)۔

روحانیت میں طالب علموں کو روحانی طاقت بڑھانے کے تین طریقے بتائے جاتے ہیں۔

ان میں سے پہلا کنسنٹریشن کرنا ہے۔ اس میں اپنے ذہن کو سوچ سے خالی کرنا اور ایک نقطے پر توجہ مرکوز کرنا سکھایا جاتا ہے۔

دوسرا طریقہ ورد یا منترا کا ہے۔ جس میں استاد اپنے شاگرد کو کوئی خاص منترا (ورد) دے دیتا ہے، شاگرد اس کو دھراتا رہتا ہے۔

تیسرا طریقہ استاد کی توجہ کا ہے۔ اس طریقے میں استاد اپنی روحانی طاقت شاگرد میں منتقل کردیتا ہے۔ یہ کام استاد دور سے بھی کرلیتا ہے، اس کے علاوہ اس کے دیے ہوئے ورد پڑھنے سے بھی اس کی روحانیت شاگرد میں منتقل ہوتی رہتی ہے۔

اسلام کی روحانیت میں دوسرے اور تیسرے طریقے پر زیادہ زور دیا گیا ہے۔ ہر ایک استاد اپنے شاگرد کو یا پیر اپنے مرید کو قرآن پاک میں موجود یا درود شریف کا ورد دیتا ہے۔ جس کو پڑھنے سے استاد کی روحانیت شاگرد میں منتقل ہوتی رہتی ہے۔ گو پہلا طریقہ بھی سکھایا جاتا ہے۔

میری تحقیق (جو برسوں کی پڑھائی، پوچھ گچھ اور بے شمار مختلف ملکوں و مذاہب کے روحانی لوگوں سے تبادلہ خیال پر مشتمل ہے) اور ذاتی تجربات میں آیا ہے کہ ورد کو دہرانا ان تینوں طریقوں میں سے اہم اور کامیاب ترین طریقہ ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ دنیا میں ہر چیز وائبریٹ Vibrate کررہی ہے۔ سوچ کی بھی اپنی وائبریشن ہوتی ہے۔ سوچ کی وائبریشن جتنی طاقتور ہوگی خیال کی طاقت بھی اتنی ہی زیادہ ہوگی۔ سوچ کی زیادہ طاقت ہی روحانی طاقت میں اضافے کا سبب بنتی ہے، ورد کرنے سے یہ وائبریشن بہت اونچی Hight اور طاقتور ہوتی چلی جاتی ہے۔ یہ ورد ہمیں اندرونی طاقت Inner Strenght بھی دیتے ہیں جو ہمارے یقین کامل Faith کی بنیاد بنتی ہے۔

ورد یا لفظوں کو دہرانے کی اہمیت کیا ہے اور لفظوں کی طاقت اور الفاظ کیا ہیں، ان کو سمجھانے کے لیے پہلے میں ہندوؤں کے وید میں موجود لفظوں کا حوالہ دیتا ہوں۔ اس میں Suhotra Swami کتاب Substance and Shadows میں صفحہ 146 پر لکھتا ہے۔

It is stated also in the vedante sutra that sound is the origin of all objects of matereal possession and that by sound one can alsodivvolve this material existence. The entire material began from sound and sound can also end material entanglement, if it has a particular Potancy.

”ترجمہ: ویدانتے سوترا میں یہ بھی بیان کیا گیا ہے کہ آواز ہی تمام مادے کی بنیاد ہے اور یہ کہ آواز سے اس مادے کو ختم بھی کیا جاسکتا ہے تمام مادہ آواز سے بنا اور آواز سے اس مادی تعلق کو ختم بھی کیا جاسکتا ہے اگر اس آواز میں ایک خاص قوت ہو۔“

ہالینڈ ایمسٹرڈیم میں ٹی وی پر میرا پروگرام گھنٹے بھر کا دکھایا گیا جو کہ صوفیا کے موضوع پر تھا یہ پروگرام بڑا پسند کیا گیا یہ 1996ء کی بات ہے اس کے بعد یہ پروگرام اگلے سال بھر کئی بار

دہرایا گیا۔ جس ادارے نے میرا یہ پروگرام ریکارڈ کیا ان کے یہاں کچھ ہفتے پہلے ایک اسرائیلی عالم نے اپنے روحانی فرقے قبالہ کے بارے میں بتایا تھا کہ یہودیوں کی زبان Hebro کے بائیس الفاظ تہجی ہیں۔ اس میں ہر الفاظ کی اپنی اپنی طاقت واثر ہے۔ نمبروں کے روحانی علم یعنی نمبرالوجی کی ایک پرانی قسم بھی انہی بائیس نمبروں کے حساب سے بنائی گئی ہے۔ انہیں بائیس الفاظ تہجی سے قسمت دیکھنے والے تاش کے پتے Tarot Card کے اہم بائیس کارڈ Major Arcan بنے ہیں۔

کمیونسٹ دور میں مشرقی یورپ میں ایک نیا طریقہ ایجاد کیا گیا اس میں لوگوں کو ایسا میوزک سنایا جاتا تھا جس میں ایک منٹ میں ایک سے ایک سوچھ Ceats ہوتے ہیں ان پر توجہ کرنے سے انسان کا ذہن مراقبے Trance کی حالت میں چلا جاتا ہے اس ٹرانس میں انسان کی یادداشت عام حالت کی نسبت تین تا دس گنا زیادہ طاقت سے کام کرتی ہے کچھ لوگ اس ساز کی مدد سے نئی زبان تک ہفتے دس دن میں بولنے لگ پڑے تھے۔ اب اس میوزک کے کیسٹ یورپ میں روحانیت کی کتابوں کی دوکانوں اور Amarican Book Shops میں عام ملتے ہیں۔ انڈیا میں ایک قسم کا ساز Matronome اس کام کے لیے استعمال کیا جاتا ہے جو منٹ میں سو بار ٹک ٹک کرتا ہے۔ عام آواز میوزک اور گانے کی صورت میں سنیں تو آپ کی حالت تبدیل ہو جاتی ہے کچھ میوزک روحانی کیفیت بنا دیتے ہیں کچھ انسان میں جوش بھر دیتے ہیں۔ موسیقی کی آواز جسم سے ٹکرا کر اس کی حالت تبدیل کر دیتی ہے۔

سائنس دانوں نے 1970ء کے قریب پودوں وغیرہ پر آواز اور موسیقی کے اثرات کے کچھ دلچسپ تجربے کئے تھے اس میں انہوں نے ایک قسم کی زمین کے تین پلاٹ بنائے جن میں ایک ہی قسم کے پودوں کے بیج ڈالے گئے ان میں سے پہلے پلاٹ کو خالی اور عام قدرتی حالت میں چھوڑ دیا گیا دوسرے پلاٹ کے پودوں کو تیز قسم کی موسیقی (ڈسکو میوزک نما) سنائی جاتی رہی اور تیسرے پلاٹ میں دھیمے قسم کا پرسکون میوزک لگا دیا گیا۔ کچھ عرصے کے بعد جب پودوں کی نشونما کا جائزہ لیا گیا تو نتائج سائنس دانوں کے لیے حیران کن تھے۔ پہلے پلاٹ کے پودے عام رفتار سے بڑھے دوسرے پلاٹ جس میں کہ تیز قسم کی موسیقی سنوائی جاتی رہی ان کے بڑھنے کی رفتار عام سے کم رہی، وہ پہلے پلاٹ کے پودوں سے بھی کم رفتار میں بڑھے۔ جب کہ تیسرے پلاٹ کے پودے جن کو دھیمی قسم کی موسیقی سنائی گئی، ان کے بڑھنے کی رفتار پہلے پلاٹ کے پودوں

سے خاصی بہتر رہی اور وہ بڑی تیزی کیساتھ بڑے اور انکا جھکاؤ بھی اس طرف زیادہ رہو گیا تھا جس طرف میوزک لگا ہوا تھا۔ سائنس دانوں نے کئی دفعہ یہی تجربے کئے، انکو ہر دفعہ ایسے ہی نتائج ملے۔

اس مثال سے سائنسی چیزوں میں دلچسپی رکھنے والے یہ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ آواز کا پودوں تک پر کتنا اثر ہوتا ہے اور اگر اسی آواز کو سب سے مکمل ترین صورت میں تلاوت اور ورد کے ساتھ سنا جائے تو انسان اور اس کے ذہن پر اس کا کتنا اثر ہوگا۔ اب سائنس دانوں نے آواز کی مدد سے پتھر کی سخت چٹانیں کاٹنے کا آلہ بنایا ہے جو کہ بالکل آسانی کے ساتھ منٹوں میں بڑی سے بڑی چٹان کو کاٹ کر رکھ دیتا ہے۔

کچھ سائنس دانوں نے زیادہ طاقتور فریکونسی Frequency کی آواز کو ہتھیار کے طور پر آزمایا ہے۔ جس کے نتائج خفیہ رکھے گئے ہیں۔ مگر غیر مصدقہ اطلاعات کے مطابق جن جانوروں (سورد) پر یہ آواز گئی تھی وہ سب پڈنگ کی طرح کی مایا میں تبدیل ہوگئے تھے۔ یہ سب چیزیں و تجربات آواز کی طاقت کا واضح پتہ دیتے ہیں۔

1999ء میں ہالینڈ ٹی وی پر ایک دستاویزی فلم دکھائی گئی جو کہ ہندوستان میں بنائی گئی، یہ سب منترا (ورد) کے موضوع پر تھی۔ اس میں ویدوں (ہندوؤں کی مذہبی کتب) کے منتروں کے بارے میں بتایا گیا تھا۔

منتر کے بارے میں اس فلم میں کہا گیا کہ جوں جوں انسان اس کا ورد کرتا ہے یہ چمکتا جاتا ہے اور اس کے دہرانے سے دل کا میلا پن ختم ہو جاتا ہے اور لوگوں کا اعتقاد یہ ہے کہ اگر اس کو چھپائے Secret رکھو تو اس کی طاقت باقی رہتی ہے، عام ہو جائے تو ختم ہو جاتی ہے۔'' ان کے کہنے کے مطابق منتری میں ہی تخلیق Creation کی چابی ہے۔ خدا لفظ یا آواز ہے منتر خدا تک کا ذریعہ نہیں بلکہ خود خدا ہے''۔

یہ ان لوگوں کا منتر کے بارے میں عقیدہ تھا۔ منتر (ورد) سے متعلق ہنود کا عقیدہ لکھنے کا مقصد یہ ہے کہ آپ کو آواز (سُر) کی اہمیت کا اندازہ ہو جائے اور یہ بھی معلوم ہو جائے کہ اس کو کس ''کیفیت اور یقین'' کے ساتھ پڑھنا چاہیے۔ اس لیے قرآن حکیم میں ایک اعراب تک محفوظ رکھا گیا اور اس کی آیتوں کو ڈوب کر پڑھنے کا کیا اثر ہو سکتا ہے آپ کو اس کا اندازہ ہو جانا چاہیے۔

قرآن پاک میں دیئے گئے اللہ تعالیٰ کے نام بھی ایسے ہی اثرات رکھتے ہیں، صرف وہ

یقین اور وہ کیفیت طاری کر کے پڑھا جائے جو کہ اس لیے ضروری ہے. پھر آپ ان کے اثرات دیکھیں. یقین اور اعتقاد اس میں بھی اہم ترین شے ہوتی ہے. قرآن میں اسی لیے ایک اعراب تک کی تبدیلی بھی نہیں ہوئی اور نہ اس کی تبدیلی کی کوئی گنجائش رکھی گئی ہے کہ اس میں الفاظ اور ورد کی طاقت کا پورا خیال رکھا گیا ہے. قرآن میں جہنم میں فرشتوں کی تعداد 19 بتائی گئی ہے. مصر کے ایک عالم نے قرآن میں سے کچھ آیتیں لے کر کمپیوٹر میں ڈالیں جو کہ مخصوص حروف تہجی سے شروع ہوتی ہیں. ان آیتوں میں شامل سب کے سب لفظ 19 پر مکمل تقسیم ہو جاتے ہیں. آج سے چودہ سو سال پہلے جب کمپیوٹر وغیرہ کا تصور بھی نہ تھا، اس وقت اتنی جزئیات اور تفصیل پیش کرنا انسانی عقل اور تصور سے باہر ہے. مغرب والوں کے لیے ایسی مثال قرآن کو انسانی کلام کے بجائے الہامی کلام ثابت کرنے کے لیے کافی ہے.

قرآن میں جزئیات کا کتنا خیال رکھا گیا ہے، اس کے لیے میں ایک مثال پیش کرتا ہوں.

مجھے پاکستان میں کچھ لوگوں نے بتایا کہ قرآن میں لکھا ہوا ہے کہ ماں کے پیٹ میں کیا ہے اس کا صرف خدا کو ہی علم ہے. پھر وہی لوگ کہنے لگے کہ اب تو ہسپتالوں میں عام ایسی مشینیں لگی ہیں جن سے بچے کی جنس قبل از پیدائش معلوم ہو جاتی ہے، اس لیے قرآن کی بات تو صحیح نہ رہی اور ان میں سے ایک کہنے لگا کہ اب تو ایسی چیزیں پڑھ کر لوگ دہریے ہونے لگے ہیں.

1995ء ایمسٹرڈیم کا واقعہ ہے کہ میری اسلام کے موضوع پر ایک پاکستان سے آئے ہوئے مہمان سے بحث ہوگئی جس کا مطالعہ خاصہ وسیع تھا. اس نے پاکستان میں چھپنے والی ایک کتاب کی مثال دی جس کو غالباً فیصل آباد کے ایک ڈاکٹر نے چھاپا ہے اس میں قرآن کی کافی ساری باتوں پر نکتہ چینی کی گئی ہے جیسے جنت دوزخ اور حوروں کی مثال.

اس کی ان سب باتوں کا میرے پاس جواب تھا. لیکن جب وہ ماں کے پیٹ میں بچے کا صرف خدا کو ہی علم ہے والی مثال پر آیا تو میرے پاس اس کا کوئی جواب نہ تھا (یہاں یہ بات میں ضرور کہنا چاہتا ہوں کہ میں کوئی اسلام کا بڑا عالم نہ تھا اور نہ آج ہوں اس کتاب کو لکھنے کے وقت تک)

پھر اس نے موسم کا ذکر کیا کہ صرف اللہ کو ہی اس کا علم ہے وغیرہ.

لیکن یہ بات ایسی تھی کہ مسلمان کو جھنجوڑ دیتی ہے. اس کا ذکر میں نے کچھ مولوی صاحبان سے بھی کیا لیکن ان کے پاس کوئی جواب نہیں تھا. اب مجھے شک پڑ چکا تھا اور حقیقی مسلمان یا صوفی

کیلئے یہی شک قاتل ہوتا ہے 1998ء شروع میں مجھے قرآن پاک تفصیل سے پڑھنے کا موقعہ ملا بلکہ پہلی دفعہ قرآن پاک ختم بھی کیا. میرے پاس وہ قرآن پاک موجود ہے. یہ شاہ فہد بن عبدالعزیز کی طرف سے لوگوں کو ہدیئے میں دیا گیا ہے. اس میں سورہ لقمان میں لکھا ہوا ترجمے کے ساتھ موجود ہے. جس میں لقمان اپنے بیٹے کو نصیحت کرتے ہیں.

ان الله عـنـده علم الشاعة وينزل الغيث، ويعلم ما في الارحام و ماتدري نفس ماذا تكسب گذاء وما تدري نفس باي ارض تموت، ان الله عليم خبيرO

"بیشک اللہ کے پاس ہے، قیامت کی خبر اور اتارتا ہے مینہ اور جانتا ہے جو کچھ ہے ماں کے پیٹ میں اور کسی جی کو معلوم نہیں کہ کل کو کیا کرے گا اور کسی جی کو خبر نہیں کہ وہ کس زمین میں مرے گا، تحقیق اللہ سب کچھ جاننے والا ہے.

غور کریں کہ اس میں لکھا ہوا ہے "اور جانتا ہے کہ جو کچھ ماں کے پیٹ میں ہے" (یہاں پر یہ نہیں لکھا گیا کہ صرف وہی جانتا ہے بلکہ صرف لکھا ہے کہ وہ جانتا ہے جو کچھ ماں کے پیٹ میں) اس کا مطلب ہے کہ دوسرے بھی جان سکتے ہیں اللہ اس کو صرف خود جاننے کا دعویٰ نہیں کر رہا ہے.

پھر لکھا ہے "اور کسی جی کو معلوم نہیں کہ کل وہ کیا کرے گا" یہ واقعی کسی کو معلوم نہیں ہوتا کہ کل وہ کیا کرے گا. میں خود 1980ء سے ابھی تک پامسٹری، روحانی علاج، ٹیرٹ کارڈ ریڈنگ اور رمل کا ماہر ہونے کے باوجود کسی کو یقینی نہ بتا سکا کہ کل وہ کیا کرے گا. پاکستان اور یورپ کے سینکڑوں مستقبل شناسوں کو ملنے اور عملی تجربے کے بعد مجھے اس حقیقت کو ماننا پڑتا ہے. یہاں قرآن یہ بات ایک اور طریقے سے بتاتا ہے کہ انسان کا مستقبل حتمی نہیں بلکہ تعین شدہ ہوتا ہے، عمل اور دعا کے ذریعے تبدیل کرنے کی قرآن میں اور مختلف جگہ پر تصدیق موجود ہے. یہاں پر حتمی لکھا ہے کہ صرف اللہ کو ہی صحیح خبر ہے.

لکھا ہے "اور کسی جی کو خبر نہیں کہ وہ کسی زمین میں مرے گا" یہ یہاں پر حتمی لکھا ہے. جہاں بھی بات انسان کے بس سے باہر ہے وہاں لکھا ہوا ہے کہ صرف اللہ کو ہی خبر ہے. پھر قرآن میں یہ بات لقمان اپنے بیٹے کو کہہ رہے ہیں. قرآن میں ہے کہ لقمان پیغمبر نہیں تھے بلکہ اللہ کے نیک بندے تھے. رسول کی زبان سے جو بات ہو، خصوصاً کسی الہامی کتاب میں لکھی ہو تو پھر اس میں

کوئی گنجائش نہیں ہوتی. نیک بندے یا ولی اللہ کی بات دوسری ہے. پیغمبر اور رسول ﷺ کی کہی بات میں بھی فرق ہوتا ہے، پھر بھی قرآن اس چیز کی احتیاط کرتا ہے. اس کے علاوہ قرآن میں صاف باتیں بھی لکھی ہیں، اشاراتی زبان بھی استعمال ہوئی ہے، کچھ آیات واحکام متروک بھی ہیں. لیکن ترجمہ کرنے والے ایک لفظ کو آگے پیچھے کر کے سارا مطلب تبدیل کر دیتے ہیں اور ہزاروں مسلمانوں کا دماغ خراب کرتے رہتے ہیں.

موسم کے بارے میں گو قرآن میں صرف اللہ کو ہی معلوم ہونے کا دعویٰ نہیں کیا گیا، مگر لوگوں کی دلچسپی کیلئے لکھ رہا ہوں کہ اس کا صحیح پیش گوئی ممکن نہیں. ایک دن ہالینڈ ٹی وی پر موسمیات کا ایک ماہر یہی بات بتا رہا تھا اس نے کہا کہ مثلاً چین میں اگر ایک مکھی اڑتی ہے تو اس کے پروں کی گردش کی وجہ سے جو لہریں پیدا ہوتی ہیں، وہ چند اور ایسی لہروں کے ساتھ مل کر مغرب کے کسی سمندر میں طوفان تک لا سکتی ہیں. مگر قدرت کا ری کاؤنٹر سسٹم دوسری چیزوں سے اسے کنٹرول کر لیتا ہے، اس لیے موسم کی یقینی پیش گوئی ناممکن ہے. پھر ماہر موسمیات نے کہا کہ ہم قریب ترین پیش گوئی کرنے کی کوشش میں لگے ہوئے ہیں کہ شائید کہ زمانے میں موسم کی یہ پیش گوئیاں زیادہ بہتر طریقے سے کر سکیں.

قرآن میں جہاں جزئیات کا اتنا خیال رکھا گیا ہے وہاں اور چیزوں کی طرف بھی نظر کرنی چاہئے. مثلاً قرآن میں یہ لکھا ہوا ہے کہ "اپنی اولاد کو غربت کے خوف سے قتل نہ کرو" اب اس بارے میں میرا خیال یہ ہے کہ یہاں وجہ بھی ساتھ لکھی ہے، کہ غربت کے خوف سے. ورنہ یہ بھی تو لکھا جا سکتا ہے تاکہ غربت یا کسی اور خوف سے اولاد کو قتل نہ کرو.

اب اگر کوئی خاندانی منصوبہ بندی پر اس وجہ سے عمل کرتا ہے کہ اگر زیادہ بچے ہیں تو ان پر توجہ صحیح نہیں دی جا سکتی ہے. جتنی توجہ اور محنت آپ دو بچوں پر کر سکتے ہیں اتنی آپ آٹھ بچوں پر نہیں کر سکتے. اگر آپ کے کم بچے ہیں تو آپ ان پر زیادہ توجہ دے کر ان کو بہتر انسان اور اچھا مسلمان بنا سکتے ہیں. زیادہ بچوں کو پالنے کے لیے ماں باپ دونوں کو زیادہ محنت کرنی ہوگی اور دونوں سارا دن ان کا کھانا پینا پورا کرنے میں اور کپڑے لتے نہلانے دھلانے میں مصروف رہیں گے. ان کے پاس وقت کہاں رہے گا کہ وہ ان کی اخلاقی اور معاشرتی تربیت کریں. بچوں میں سے ایک غلط راستے پر چل پڑے تو سارے خاندان کی زندگی مصیبت میں آئی رہتی ہے. بچوں کی صحیح تربیت اسی وقت ممکن ہے جب ان کو صحیح خوراک تعلیم اور توجہ دی جائے. زیادہ بچے

ہونے کی صورت میں ایسا کرنا ممکن نہیں ہوتا.

بچپن کے پہلے چار پانچ سالوں میں انسان کی شخصیت کی بنیاد رکھی جا چکی ہوتی ہے. اس عمر میں اگر کوئی احساس کمتری کا شکار ہو جائے تو وہ عمر ساری اس کا شکار رہتا ہے. جو اس عمر میں بھوک دیکھ وہ ساری عمر بھوک اس کے ذہن سے نہیں نکلتی. جو اس عمر میں گھر میں انصاف دیکھے وہ ساری عمر انصاف کی قدر کرتا ہے اور سارے معاشرے میں دیکھنا چاہتا ہے اور اس کی کوششیں بھی کرتا ہے.

خیر بات مختلف مذاہب کی ہو رہی تھی. اب ہر ایک مذہب والے روحانی ترقی کے اپنے اپنے طریقے بنائے ہوئے ہیں جو کہ عموماً مختلف پیچیدہ مراقبات سے ہوتے ہوئے سخت جسمانی اور روحانی مشقوں تک جاتے ہیں. جس میں عموماً تیاگ دنیا کا ہی سبق ملتا ہے. اسلام خود سے ظلم کرنے کی اجازت نہیں دیتا.

اگر روزہ بھی ہے تو اس میں دوسرے روزے سے پہلے سحری لازمی ہے. تیاگ دنیا کی بالکل اجازت نہیں ہے، اس پر علامہ اقبال صاحب فرماتے ہیں.

نکل کر خانقاہوں سے ادا کر رسم شبیری
کہ فقر خانقاہی ہے فقط اندو و دلگیری

(رسم شبیری یعنی ظلم سے لڑنا حق کی مدد کرنا)

ہر مذہب اور روحانی فرقے کا اصل مطلب حقیقت کو پانا ہے اپنے آپ کو پہچاننا (اپنی روحانی صلاحیتوں پر قابو پانا ان کو سمجھنا) اور خدا کے نزدیک پہنچنا ہے (جب کہ ملا کے نزدیک صرف پانچ وقت نماز پڑھنا زندگی کو سزا کی طرح کاٹے جانا ہے)

اب انسان کے لیے مسئلہ یہ ہے کہ وہ یہ کبھی نہیں مانتا کہ کوئی چیز بھی محنت کیے بغیر بھی پائی جا سکتی ہے، خصوصاً کہ خدا کو ملنے یا ڈھونڈنے میں تو ضرور بہت زیادہ محنت درکار ہوگی. اسی اصول کی وجہ سے مختلف قسم کی سخت جسمانی و روحانی مشقیں ایجاد ہوتی چلی گئیں کہ جتنی زیادہ محنت کرو تو انسان کو تسلی ہوتی ہے کہ میں کچھ کر رہا ہوں، مجھے اس کا پھل ضرور ملے گا. اسی لیے لوگ چلتے چلتے دنیا چھوڑنے (تیاگ دنیا) تک چلے گئے. بنیاد ان سب کی یہی ہے کہ ہم اتنی محنت کر رہے ہیں، اتنی قربانیاں دے رہے ہیں، ہمیں اس کا پھل ضرور ملے گا. اس کے لیے کوئی جس دم کی مشقیں کر رہا ہے، کوئی ساری ساری رات الٹا لٹکا ہوا ہے، کوئی مہینے کے

روزے رکھ رہا ہے۔

خود میں بھی ہر مذہب اور فرقوں کے لوگوں سے ملا اور جو بھی دلچسپ مشق نظر آئی اس پر عمل بھی کیا۔ میرے 1980ء سے لے کر 1992ء تک کا دور ایسے لوگوں کو ملنے اور طریقوں پر عمل کرنے میں گزرا۔ ایسینکڑوں مختلف قسم کی کتابیں پڑھیں، ان پر تجربے کئے۔ ان بے شمار تجربات کے بعد میں جس نتیجے پر پہنچا وہ یہی تھا کہ یہ سب اپنے آپ کو یقین دلانے کے طریقے ہیں اور ان میں سے جس بھی طریقے پر آپ کا یقین بیٹھ گیا اس سے آپ کو اپنے اپنے یقین کے حساب سے کچھ نہ کچھ فائدہ ضرور ہوگا۔ اس بات کی تصدیق کچھ اور ماہروں نے بھی کی۔

حالانکہ روحانیت میں کامیابی حاصل کرنے کا ایک ہی آسان اور صحیح طریق ہے، جس پر عمل کر کے ہر مسلمان بڑی جلدی ترقی کر جاتا ہے۔ وہ سب کچھ قرآن میں موجود ہے جو کہ مختلف آیتوں کی صورت میں صحیح نیت سے پڑھنے سے ملتا ہے۔ اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ قرآن میں کیا موجود ہے؟

اگر یہ صرف لفظی علم ہے یعنی اس کے معنوں کی حد تک ہی بات ہے، تو مغرب والوں نے یہ سب لفظی علم کمپیوٹروں میں ڈال دیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ صرف لفظی علم نہیں ہے، تو پھر یہ کیا ہے؟

اس میں ورد اور لفظوں (منترا) کی طاقت کا ذکر اوپر ہو چکا ہے۔

ہمیں قرآن پاک ہمیشہ عربی زبان میں پڑھنے کو کہا گیا ہے، صرف اس کا ترجمہ پڑھنے سے گزارا نہیں ہوتا اور درمیانی رفتار سے ٹھہر ٹھہر کر پڑھنے کا کہا گیا ہے۔ اس بارے میں صوفیاء کا عقیدہ یہ ہے کہ قرآن کے سب لفظوں کی اپنی توانائی (انرجی اور موکلات) ہے۔ کچھ لوگ قرآن کی آیتوں کے چلے کیا کرتے ہیں، وہ اس بات سے واقف ہیں (میرے ذاتی تجربے میں بھی یہ چیز آ چکی ہے)۔

قرآن پاک ایک ایسی کتاب ہے جس کی شاعری کا تسلسل Rhythm شروع سے آخر تک نہیں ٹوٹتا۔ یہ ایک عام فہم بات ہے کہ جو چیز بھی آپ شعر میں سنیں اس کا گہرا اثر ہوتا ہے شعر بھی اگر کھو کر پڑھا جائے جس کی ایک مثال قوالی بھی ہے تو سننے والے انسان کی روح بھی جوش میں آ جاتی ہے جیسے آپ کبھی کبھی وجد کی حالت میں بھی دیکھ لیتے ہیں۔ نعت وحمد بھی وہی کام کرتے ہیں۔ قرآن پاک کی آیتوں کو اسی طرح جوش اور کیفیت میں آ کر پڑھنے کی صورت میں یہ اثر

کتنے گنا زیادہ ہوگا، اس کا آپ کچھ نہ کچھ اندازہ کر سکتے ہیں۔ اس کو پورے یقین کے ساتھ کھو کر پڑھا جائے۔ قرآن کی آیتوں کو توجہ کے ساتھ پڑھنے سے آپ بغیر کسی پیر یا استاد کے روحانی ترقی کر سکتے ہیں۔

اسی میں روحانیت کی کہانی موجود ہے اور مکمل یقین (یقین کامل) ہی اصل شے ہے۔ میں ایک رسالے میں علامہ اقبال صاحب کا ایک مضمون پڑھ رہا تھا جس میں وہ اپنے والد صاحب کی نصیحت کا بتاتے ہیں۔ اقبال اس وقت بچے تھے، انہوں نے قرآن پاک پڑھنا شروع کیا تھا تو ان کے والد بولے "اقبال، قرآن صحیح طریقے سے پڑھنے کی کوشش کرو" اقبال نے پوچھا وہ کس طرح والد بولے "قرآن اس طرح پڑھا کرو جیسے قرآن پاک اپنے اترنے والے ﷺ پر جب اترتا تھا، اس کیفیت میں پڑھو"

قرآن کھو کر پڑھنے والے اس کیفیت میں بھی جا سکتے ہیں، کامل یقین کے ساتھ ایسا کریں۔ کھو کر پڑھتے وقت کئی لوگوں کو وہ واقعے بھی آنکھوں سے نظر آ جایا کرتے ہیں جن واقعات کے بارے میں قرآن پاک کی یہ آیتیں نازل ہوئی ہیں۔

اگر آپ کسی آیت کا ورد رکھتے ہیں تو آپ میں بھی اس آیت کے لفظوں کی صفات آ جاتی ہیں۔ ہر آیت کی اپنی اپنی انرجی، وائبریشن یا موکلات ہیں، یہ موکلات لازمی نہیں کہ رہتے ہیں یہ موکلات اس آیت کا چلہ وغیرہ کرنے کی صورت میں انسان کے ساتھ پکے آ جاتے ہیں (موکلات والے نظریے پر یقین لانا آپ کے لیے لازم نہیں گو ورد کی توانائی اور وائبریشن پر سب لوگ یقین کرتے ہیں)

ہر زبان کے روحانیت والے جب بھی یکسوئی سے ورد کرتے ہیں تو وہ پرانی اصلی زبان کے لفظ ہی استعمال کرتے ہیں اور یہ لفظ ان کی بڑی روحانی ہستیوں اور پیغمبروں وغیرہ کے بتائے ہوئے ہوتے ہیں، ترجمہ پڑھنے سے کام نہیں چلتا۔ لیکن اہم بات یہ بھی ہے کہ جس چیز کا بھی آپ ورد رکھتے یا لگاتار پڑھتے رہتے ہیں، ان کے مطلب بھی ذہن میں بٹھائیں ورنہ اس کا پورا فائدہ نہیں ہوتا۔

مطلب یاد ہونے کے بعد جب بھی آیت یا ورد دوہرایا جاتا ہے، اس کی طاقت بڑھتی چلی جاتی ہے اور یہ انسان کے ذہن میں بھی گہرا اترتا چلا جاتا ہے۔ ذہن میں مطلب بیٹھنے ہوں تو پڑھتے وقت توجہ نہ ہونے کے باوجود بھی اس کا اثر ہوتا رہتا ہے۔ قرآن کی آیتوں کو

خالی سننا بھی اثر کرتا رہتا ہے ایسے ہی کسی بھی ورد کا دوہرانا بھی ضائع نہیں جاتا چاہے انسان کی توجہ کسی اور طرف ہی لگی ہو. مگر توجہ کے ساتھ پڑھنے کا اثر لازمی طور پر زیادہ ہوتا ہے. قرآن پڑھنے کا صحیح طریقہ ٹھہر ٹھہر کر پڑھنے کا ہے.

مغرب میں لوگ خود کلامی کی کیسٹس Cassettes بھی استعمال کرتے ہیں جو واک مین (Walkman) میں لگا سنتے رہتے ہیں. اس میں اس قسم کی ہدایات دوہرائی جاتی ہیں جیسے میں ہر روز زیادہ مطمئن اور خوش ہوتا جا رہا ہوں یا پھر میری یاداشت روز بروز بہتر ہوتی جا رہی ہے، یا میرا وزن کم ہوتا جا تا رہا ہے، یہ ہدایلت وہ خود ہی اس میں حسب پسند بھرتے ہیں. سائنسدانوں اور ماہرین نفسیات نے تجربات کئے تو معلوم ہوا کہ بغیر اس پر توجہ کئے سننے کا بھی انسان پر اثر ہوتا ہے اور اچھا خاصا ہوتا ہے.

آپ اندازہ کریں کہ آج کل عام زبان میں بھی یہ ہدایات اتنا اثر کرتی ہیں تو پھر آیتوں کی صورت میں ان کا اثر کتنا زیادہ ہوگا. کیونکہ آیتوں میں لفظوں کے اثر کے ساتھ ہمارا یقین و اعتقاد بھی شامل ہو جاتا ہے، جو کہ لازم ترین شے ہے.

آیتوں کی اہمیت اور ان کے استعمال میں رسول پاک ﷺ کا ایک مشہور واقعہ واضح ثبوت دیتا ہے ہے. رسول پاک ﷺ پر یہودیوں نے جادو کر دیا تھا جس کے اثر سے آپ بیمار سے بیمار تر ہوتے چلے گئے. پھر حضرت جبرائیلؑ آئے اور کنویں میں سے آپ ﷺ کے بال نکال کر لائے جن پر گیارہ گرہ لگی ہوئی تھیں، حضرت جبرائیل نے سورہ فلق اور سورہ الناس گیارہ گیارہ دفعہ پڑھیں اور ہر دفعہ ایک ایک گرہ کھولتے گئے.

سب گرہ کھولتے ہی آپ صلی اللہ علیہ وسلم صحت مند ہونے لگ پڑے.

کیا حضرت جبرائیل بغیر پڑھے اللہ کے حکم سے گرہ نہیں کھول سکتے تھے، کیا یہ ممکن نہ تھا. یہ بالکل ممکن اور اللہ تعالیٰ کے لیے بالکل آسان تھا. لیکن اس کا مقصد ہم مسلمانوں تک یہ پیغام پہنچانا تھا کہ سورتوں کو استعمال کرو. ان کی اہمیت واضح کی گئی اور عملی ثبوت دیا گیا، ورنہ خاتم النبین ﷺ پر کس کی طاقت تھی کہ جادو کر سکتا اس سے جادو کے موجود ہونے کا بھی سب کو ثبوت مل گیا اور اس کا علاج بھی ہمیں بتا دیا گیا.

انسان پر کیفیت طاری کر کے سورتیں پڑھنے کے بارے میں قرآن پاک میں سورۃ زمر میں لکھا ہے "اللہ تعالیٰ نے نازل فرمایا ہے نہایت عمدہ کلام یعنی وہ کتاب جس کی آیتیں ایک جیسی ہیں، بار بار دہرائی جاتی ہیں اور کانپنے لگتے ہیں اس کے (پڑھنے) سے بدن ان کے جو ڈرتے ہیں اپنے پروردگار سے پھر نرم ہو جاتے ہیں ان کے بدن اور ان کے دل اللہ کے ذکر کی طرف، یہ اللہ کی ہدایت ہے رہنمائی کرتا ہے اس کے ذریعے جسے چاہتا ہے اور جسے اللہ تعالیٰ گمراہ کر دے تو اس کو کوئی ہدایت دینے والا نہیں۔" (سورۃ الزمر: 23)

لوگوں کو یہ علم ہونا چاہئے کہ پیش گوئیوں کے علوم جیسے دست شناسی، آسٹرولوجی، تاش کے پتے دیکھنا، رمل و جفر وغیرہ کا روحانیت سے بہت کم تعلق ہے۔ اسی طرح سائنسی علم جیسے ہپناٹزم اور انرجی سے علاج کا بھی روحانیت سے کوئی خاص تعلق نہیں، گو کہ روحانی آدمی ان میں جلد ہی مہارت حاصل کر سکتا ہے اگر وہ چاہے تو۔ روحانیت میں حالات معلوم کرنے سے حالات تبدیل اور بہتر کرنے کی ہی زیادہ اہمیت ہوتی ہے جو کہ اصلی روحانیت میں آتا ہے۔ روحانیت میں انسان کا ڈائریکٹ واسطہ اللہ تعالیٰ سے ہوتا ہے، اس میں دل کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ پھر انسان کا جاگتے میں یا سوتے میں روحانی دُنیا اور اللہ سے رابطہ شروع ہو جاتا ہے۔

صحیح روحانی لوگ (اولیاء اللہ) بہت مضبوط اور کھرے ہو جاتے ہیں۔ یقین ان کی رگ رگ میں گھس جاتا ہے۔ پھر یہ جس سے بھی ملتے ہیں یہی صفات ان میں بھی چلی جاتی ہیں۔ روحانی انسان کے کام خود بخود ہوتے چلے جاتے ہیں۔ ان کا اپنا اپنی ترقی کے حساب سے اپنا اپنا درجہ ہوتا ہے۔ بڑے روحانی زمان ومکاں Time and

ماضی میں اسلام کے رہنماؤں نے ہر طرح کی دوسری سائنسی اور جدید تعلیم کا راستہ ہر طرف سے روکا ہے جس کی وجہ سے اب ہم اس پوزیشن پر کھڑے ہیں، انہیں اپنا یہ کردار لازمی تبدیل کرنا ہوگا۔ ہمیں حقوق اللہ کے ساتھ حقوق العباد پر پوری توجہ دینی ہوگی جو کہ بدقسمتی سے اور ملا کی جہالت کی وجہ سے نہیں دی جا رہی۔ یاد رکھیں! جاہل کی معافی ہو سکتی ہے کہ اسے تو حقیقت کا علم ہی نہیں لیکن سمجھنے والے اور عالم کی کوئی معافی نہیں ہے۔ ہم مسلمان جاہل نہیں بلکہ پڑھے ہوئے ہیں، ہمارے پاس مکمل مذہبی و روحانی علم اور رہنمائی موجود ہے۔ (پاکستانیوں میں ویسے بھی پڑھے لکھے "جاہل" اور ان پڑھ عالم میں کافی دیکھ چکا ہوں۔)

حدیث پاک میں ہے کہ اللہ جب کسی قوم کو سزا دینا چاہتا ہے تو اس پر غلط لوگ مسلط کر دیتا ہے۔ شیخ سعدیؒ نے کہا ہے کہ اگر بادشاہ کسی باغ سے ایک سیب توڑتا ہے تو اس کی فوج پورے باغ کو ویران کر دیتی ہے۔ اوپر کے لوگ جو کچھ کریں، نچلے لوگ خود بخود ہی وہ کچھ کرتے ہیں۔

یورپ اور مغرب والوں کو اپنی جدوجہد اور تنظیم Organization کا پھل مل رہا ہے۔ کوششوں اور جدوجہد کے اپنے فوائد ہیں، جن سے نظر چرانا بے وقوفی ہے۔ ہمیں اسلام میں توکل کے ساتھ ظاہری اسباب کا بھی حکم دیا گیا ہے۔ اس کی مثال رسول پاک ﷺ کا ایک صحابی کو اللہ پر توکل کرتے ہوئے اونٹ گھٹنا باندھنے کا بتایا تھا۔ جنگوں وغیرہ میں باقاعدہ جاسوسی کا نظام ہوا کرتا تھا۔ ظاہری اسباب بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ یورپ اور مغرب والوں کے پاس جو کچھ بھی ہے یہ سائنسی علم کی وجہ سے ہی ہے۔ ہمیں رسول پاک ﷺ نے حکم دیا ہے کہ "علم حاصل کرو چاہے تمہیں چین جانا پڑے۔"

ہمارے علماء نے علم کو صرف مذہبی علم ہی سمجھا ہے اور سمجھتے ہیں۔ مذہب اور روحانیت کا سب علم تو رسول پاک ﷺ دے کر جا چکے ہیں۔ آپ ﷺ کا مطلب دین کے علم کا ہی ہوتا تو لوگوں کو مکہ یا مدینے جانے کا فرماتے۔ جنگ بدر میں قیدیوں کو اس شرط پر بھی رہا کیا گیا کہ وہ دس مسلمانوں کو پڑھنا سکھا کر رہا ہو سکتے ہیں۔

یہ ایک حقیقت ہے، اگر مسلمان صحیح بن گئے تو اللہ غریب سے غریب علاقے میں بھی برکت پیدا کر دے گا۔ اللہ کے پاس اس کے لامحدود طریقے ہیں۔ ہماری قوم کے صرف پانچ فیصد مسلمان ہی صحیح مسلمان بن کر دکھائیں، پھر دیکھیں کیسے حالات تبدیل ہوتے ہیں۔ جب قوم تیار ہو جائے تو لیڈر خود ہی مل جایا کرتے ہیں۔ ایک کہاوت ہے کہ "چیلا تیار ہو جائے تو گرو خود آ موجود ہوتا ہے۔"

اسلام کی روحانیت کی بنیادی باتیں مندرجہ ذیل ہیں۔

ہر ایک سالک نے اپنے فرقے کی شریعت پر عمل کرنا ہے۔ گو سنیوں کے چاروں فرقے ایک ہی ہیں، ان میں کوئی واضح فرق نہیں ہے۔ شریعت کا علم حاصل کرنا اچھا ہے لیکن طریقت میں شریعت کا اتنا علم کافی ہے جو آپ کو بھٹکنے سے بچائے، جبکہ یقین جتنا مل سکے اتنا کم ہے۔ شریعت کی باریکیوں میں کوئی مشکل پیش آئے تو بہتر ہے کہ آپ کسی مفتی یا اچھے مولوی سے مشورہ لے لیں۔

دوسرے مذہبوں اور ملکوں کی روحانیت والے انسان کی عام ذہنی صلاحیتوں Mind Faculties کو Space کے چکر سے بھی نکل سکتے ہیں۔ اس میں اپنی ذات کے علاوہ اپنی Community اور علاقے کی ... کرنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ فاصلے پر لوگوں کی مدد کرنی اور ان کا علاج کرنا روحانیت میں آتا ہے، بلکہ ... وقت میں مختلف جگہ پر بیک وقت کوئی لوگوں کی بھی مدد کی جا سکتی ہے، بڑا روحانی اپنے موجود روحانی توانائی ... زیادہ ہونے کے حساب سے ساری دنیا تک میں تبدیلی لا سکتا ہے۔

روحانیت میں کئی قسم کے سالک ہوتے ہیں، ایک وہ جنہیں یہ راستہ اختیار کرتے ہی بڑی جلدی بلکہ بعض اوقات ایک ہی لمحے میں سب کچھ مل جاتا ہے مگر ان کی تعداد بہت ہی کم ہوتی ہے۔ گو اگر انسان میں حوصلہ ہو تو ... کوئی انہونی بات نہیں۔ دوسری قسم کے وہ ہیں جو قدم بہ قدم چلتے چلتے منزل کی طرف جاتے ہیں۔ ان میں بھی ... نیت کے صاف، دلیر اور کم شک و شبے والے ہوتے ہیں وہ بڑی جلدی ترقی کر جاتے ہیں۔ تیسری قسم وہ ہوتی ... جو چھوٹی موٹی چیزوں، سوچوں اور خواہ مخواہ شک و شبے میں پھنسے رہتے ہیں، ان کی رفتار بہت کم ہوتی ہے۔

لیکن اگر سالک کو اصول پتہ چل جائیں تو پھر ترقی بہت تیز ہو جاتی ہے۔ اسلام میں روحانیت کا ایک باقاعدہ سسٹم ہے جس میں روحانیوں کے اپنے اپنے درجے ہوتے ہیں جو کہ عام ولایت سے شروع ہو کر ابدال ... قطب مدار اور غوث تک جاتے ہیں۔ (ان سلسلوں کی زیادہ تفصیل آپ کو کتاب "مرآۃ الاسرار" مصنف ... عبدالرحمٰن چشتیؒ، میں مل جائے گی۔)

قلندر ایک علیحدہ روحانی درجہ ہے جس میں مختلف گروپوں کے لوگ آتے رہتے ہیں۔ بہت سے روحانی کسی بھی سلسلے سے تعلق نہیں رکھتے۔ 1991ء سے پہلے میرا اسلام سے تعلق اتنا ہی تھا کہ مسلمانوں کے گھر میں پیدا ہوں، پھر ایک فوجی فیملی سے تعلق کی وجہ سے جو کہ خاصے عملی قسم کے ہوتے ہیں اور عموماً نظر نہ آنے والی چیزوں کو ہی مانتے ہیں، میں خود ان چیزوں کو ماننے سے انکاری تھا۔ 1991ء میں اسلام کی روحانیت کی طرف آیا ... 1995ء میں میرا حقیقی روحانی سفر شروع ہوا۔ اب میں اس بات کو پوری طرح مانتا ہوں کہ اسلام میں روحانیت ... نظام موجود ہے۔

اسلام کے علاوہ قبالہ فرقے والے یہودی بھی اس بات کو مانتے ہیں کہ ہر قوم میں ایسے لوگ ہوتے ہیں ... اس کی روحانی مدد کرتے ہیں، گو ان کی طاقت جدا جدا ہوتی ہے۔ وہ انہیں صادقین کہتے ہیں۔

اب بہت سے سوال اُٹھ کھڑے ہوئے ہیں کہ اگر بڑے روحانی لوگ موجود ہیں تو پھر مسلمانوں کی دگرگوں حالت کیوں ہے؟ وغیرہ وغیرہ۔

بات یہ ہے کہ اگر مسلمان ہی اسلام کا دامن (اللہ کا قانون) چھوڑ دیں اور اسلام کی عملی تعلیم اور کردار سے محروم ہو جائیں، غیر مسلم ممالک مسلمانوں سے زیادہ اسلامی کردار کے مالک ہو جائیں، زیادہ محنت کرنے والے جھوٹ نہ بولنے والے، دوسرے کا برا نہ سوچنے والے، مثبت سوچ رکھنے والے ہو جائیں اور مسلمان انصاف ... کرنے والے، دوسروں کا حق مارنے والے، عمل و کردار سے محروم، جھوٹ، رشوت اور حرام کھانے والے ہو جائیں یعنی کردار میں غیر مذہب ہو جائیں تو پھر غیر مسلموں کو ان کی محنت کا پھل نہ ملنا زیادتی ہوگی اور اللہ زیادتی نہیں کرتا

بڑھاتے ہیں۔ یعنی صرف انسان کے ذہن کی طاقت کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کی مشقیں کراتے ہیں، جس میں کنسنٹریشن کرنا، ذہن سوچ سے خالی رکھنا، مختلف چیزوں کا تصور کرنا وغیرہ ہوتا ہے جبکہ اسلام کی روحانیت میں اہم چیز یقین کامل Faith ہوتا ہے۔

اسلام میں یقین کو مضبوط کرنے پر زیادہ توجہ دی جاتی ہے گو کہ توجہ مرکوز کرنا، ذہن سوچ سے خالی رکھنا، مختلف قسم کے تصور کی مشقیں کرنا بھی اس میں ضروری حد تک پوری طرح شامل ہے۔ دوسرے مذاہب کی روحانیت والے خصوصاً ہنود (اور مغرب والے بھی) لفظی علموں کو جاننا زیادہ اہم سمجھتے ہیں اور اس کی مدد سے شخصیت کو عام معاشرے اور کام کاج وغیرہ کے لئے بہتر بنانے کو ہی بڑی حد تک روحانیت سمجھتے ہیں۔ اس سلسلے میں ہنود نے بڑا کام کیا ہے اور مغرب والوں نے پڑھنے والے سب علموں کو سیکھ لیا ہے۔ روحانیت کی ہر چیز کو وہ سمجھ چکے ہیں، ہر چیز کی وہ مکمل پڑھائی Study کر چکے ہیں۔ ان کے ملکوں میں بڑے بڑے ادارے اس پر دن رات کام کر رہے ہیں جو کہ پوری دُنیا کی روحانی معلومات اکٹھی کرنے میں لگے رہتے ہیں۔

مگر یقین کامل Faith ان کو ابھی تک نہیں سمجھ آ سکا، وہ نہ اس کو پا سکے ہیں اور نہ وہ شاید اس کو پا سکیں گے۔ ہمارا یقین اَن دیکھی چیزوں پر بھی ہے، جیسے اللہ پر۔ یورپ والے مثبت سوچ کو مانتے ہیں، اس پر عمل کرتے ہیں اعتماد Confidence کو بھی جانتے ہیں اور اس پر عمل کرتے ہیں۔ مگر اَن دیکھی چیزوں پر یقین نہیں کرتے۔ ان کے ذہن ہر چیز کو سائنسی طریقے سے دیکھتے ہیں، خدا ایک اَن دیکھی چیز ہے۔ جس کی وجہ سے ان کا یقین Self Confidence کی حد تک ہی رہتا ہے۔ اَن دیکھی چیزوں پر یقین Faith in Unseen نہ ہونے کی وجہ ان کا یقین بالکل شروع کے درجوں میں رہتا ہے۔ ان کے فیتھ کو ان کی دلیل اور عقل نے محدود کر رکھا ہے۔

توکل خدا تب ہی آتا ہے اگر خدا پر یقین اور پکا یقین ہو اور وہ خدا پر ہی یقین نہیں کرتے۔ اس لئے یقین Self Confidence اور یقین کامل Faith کے درمیانی فاصلے کو وہ نہیں پر کر پا رہے۔ دُعا جیسی اہم چیز کا ان میں رواج ہی نہیں رہا۔ دُعا جو ہماری روحانیت کی بنیاد ہے، دُعا جو کہ خدا سے ہی کی جاتی ہے اور جہاں بھی راستے میں بڑی رکاوٹ ہوتی ہے، دعا راستہ صاف کر دیتی ہے خدا کے کام کرنے کے سینکڑوں راستے ہیں اور وہ کیسے پوری کرے گا یہ اس کا کام ہے۔ ہمارا کام دُعا کے پورے ہونے کا یقین دل میں رکھنا ہے۔

یقین کامل کی کمی ہی ایک دن ان میں سے بہت سے لوگوں کو اسلام کی طرف لے آئے گی۔ مغرب میں روحانیت میں مصروف بے شمار لوگوں کو ملنے، ان سے بات چیت کرنے، ان کا امتحان کرنے کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ وہ لوگ اسلام کی روحانیت کی ہوا تک نہیں پہنچ سکتے، ان کی روحانیت وحالات معلوم کرنے، نفسیاتی مسائل حل کرنے اور کچھ سائنسی قسم کے مشورے دینے کی حد سے آگے نہیں بڑھی، گو اس میں مجھے کچھ خاص لوگ ملے لیکن یہ سینکڑوں ایسے لوگوں کو ملنے کے بعد چند ایک تھے۔ وہ بھی عموماً پیدائشی طور پر ایسی صلاحیتیں رکھتے تھے۔ گو مغربی ملکوں والے جو چیز بھی مشغلے اور کام کے طور پر کرتے ہیں، اس کے پیچھے پوری محنت کرتے ہیں، جھوٹ وفراڈ سے جہاں تک ہو سکے گریز کرتے ہیں۔ پھر ان کے بارے میں کتابیں اور دوسرے وسائل بھی

دستیاب ہوتے ہیں۔

امریکہ میں کچھ لوگ ہوا میں بیٹھ لیتے ہیں، اس کی دستاویزی فلمیں بھی بنی ہیں۔ (ہوا میں کھڑا ہونے والی فلموں کے صحیح ہونے پر مجھے شک ہے) پھر کچھ لوگ جسم میں سے چھریاں اور سلائیں گزار لیتے ہیں۔ یہ پہلی دفعہ ایک امریکن نے خود کامیابی سے کیا پھر وہ اسے دوسروں کو سکھانے لگا۔ اب اس کے بہت سے شاگرد ہیں۔ اس کے علاوہ انڈونیشیا میں بھی کچھ ہندو قبیلے یہ کرتب (جسم میں سے چھریاں گزارنا وغیرہ) کرتے ہیں۔

کولمبیا اور سری لنکا کے کرسچین انگاروں پر چلتے ہیں، ان کے ساتھ دوسرے لوگ بھی چاہیں تو چل سکتے ہیں۔ یہ چیزیں سیکھنے کا اصول یہ ہے کہ یہ اُستاد سے سیکھی جائیں تو مضبوط یقین والا بڑی جلدی اور یقینی طریقے سے سیکھ لیتا ہے۔ خود سیکھنے والا کم ہی کامیاب ہوتا ہے اور جو کامیاب ہو جاتا ہے وہ دوسروں کو بھی سکھا سکتا ہے۔ یہ اسی طرح ہے کہ اسلام کی روحانیت میں کوئی ماہر کسی آیت کا چلّہ اگر کامیابی کے ساتھ کر لیتا ہے تو دوسروں کو اس کی اجازت دے سکتا ہے۔

اوپر بیان کردہ یہ سب ''کرتب'' اکثر لوگ سیکھ سکتے ہیں مگر یہ روحانیت نہیں ہے، ویسے بھی یہ لوگ صرف وہی چیز کر سکتے ہیں جو انہوں نے سیکھی ہو۔

روحانیت والا تقریباً ہر قسم کے کام (جیسے علاج فاصلے پر دیکھنا، مدد، علاج وغیرہ) کر سکتا ہے۔ اور وہ یہ چیزیں بغیر اُستاد کے بھی سیکھ سکتا ہے۔ ایک دفعہ کسی نے حضرت رابعہ بصریؒ (مشہور صوفی عورت) سے پوچھا کہ آپ پانی پر چل اور ہوا پر اُڑ لیتی ہیں تو انہوں نے جواب دیا ''مچھر اور مکھی بھی یہ کام کر لیتے ہیں۔''

ایسے کرتب سیکھ کر لوگ بڑے روحانی (پیر یا فقیر) کہلانے لگ پڑتے ہیں۔ حالانکہ ایک آدھ ایسا کرتب ہر کوئی سیکھ سکتا ہے۔ اسی لئے آپ کو ہر مذہب میں فقیر بھی نظر آئیں گے، کیونکہ عام لوگوں کا فقیری جانچنے کا سٹینڈرڈ یہی ہے۔ ہاں! دوسروں کے حالات تبدیل کر دینا یا اسے بھی کچھ غیر معمولی صلاحیتیں دے دینا کچھ معنی رکھتا ہے۔

دوسروں کو وہی شخص تبدیل کر سکتا ہے جو خود یقین سے اندر تک بھرا ہوا اور کھرا (Pure) ہو۔ یہی شخص صحیح پیر ہوتا ہے۔ ہمارے ملک میں روحانیت میں موجود 95 فیصد سے زیادہ لوگ جھوٹ وفراڈ پر ہی گزارا کرتے ہیں اور اگر کسی کے پاس تھوڑی سی ہی روحانیت آ جائے تو وہ اتنا بڑا پیر (یا ڈبہ پیر) بن بیٹھتا ہے کہ جیسے دُنیا میں وہی ہر چیز ہے، خدا کچھ بھی نہیں۔ یا اسے اس کے چیلے عوام کی جہالت کا فائدہ اٹھا کر ایسے بنا دیتے ہیں اور اگر کسی کے پاس کچھ آ جاتا ہے تو وہ خزانے کا سانپ بن کر اس کی حفاظت کرتا ہے اور کسی دوسرے کو اس کی ہوا بھی نہیں لگنے دیتا۔

اسلام اور دوسری روحانیت میں ایک بڑا فرق یہ بھی ہے کہ دوسرے سب سکول ذہنی صلاحیتیں Mind Faculties بڑھانے میں لگے رہتے ہیں۔ مگر اسلام کی روحانیت میں زیادہ زور یقین کامل اور توکل اللہ پر دیا جاتا ہے۔ جس سے دوسری روحانیت کے سکول محروم ہیں۔ مگر ہمیں روحانیت سے متعلقہ بیرونی علم کی ضرورت آج کل کے دور میں لازم ہے۔ پھر ہماری رفتار کئی گنا تیز ہو جاتی ہے۔ مگر میرے مشاہدے میں آیا ہے کہ پاکستان میں ذہنی

صلاحیتیں مراقبات اور مکاشفات سے متعلق سائنٹیفک بنیادوں پر بہت کم کام ہوا ہے۔

اس کتاب میں زیادہ توجہ اسی پہلو پر دی گئی ہے۔ یہی اس کے لکھنے کا بڑا سبب ہے۔ اللہ پر یقین کرنے ... لوگوں کے مختلف مسائل ہوتے ہیں۔ اَن پڑھ کا مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ اللہ پر یقین کرتا ہے اور اسی پر جما رہتا ہے ... کے علاوہ دوسرے علم حاصل کرنے کی کوشش نہیں کرتا۔ اس وجہ سے اس کی روحانی ترقی بھی کم ہوتی ہے۔ جبکہ ... پڑھا لکھا آدمی ہر چیز میں وجہ Reason ڈھونڈتا رہتا ہے۔ جب کہ خدا پر یقین بغیر دیکھے کا یقین ہوتا ہے۔

اندرونی علم بہت اہم ہے، مگر اس کے ساتھ بیرونی علم بھی ہو تو پھر ہی بات بنتی ہے۔ ویسے بھی صرف اندرونی ... رکھنے والا دوسروں کو اپنی بات ہی نہیں سمجھا سکتا اور عام لوگوں سے کٹا کٹا سا رہتا ہے۔ ان میں اس کا گزارا نہیں ...

حقوق اللہ کے ساتھ حقوق العباد بھی پورے کریں اور رزق حلال کمائیں۔ توکل مضبوط رکھ کر صبر کا ... تھامے رہیں، پھر دیکھیں آپ کہاں سے کہاں پہنچ جائیں گے۔ ساتھ ہی یہ اعتقاد پکا رکھنا چاہیے کہ اللہ تعالیٰ ... کاموں و قربانیوں کا اجر ضرور دیتا ہے۔

وِرد و اذکار کے ذریعے روحانی ترقی کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ آپ جو بھی وِرد کر رہے ہوتے ہیں، دراصل آپ ... اپنے لاشعور میں اس وِرد کا تصور یا صفات مسلسل دہرا (Repeat کر) رہے ہوتے ہیں اور مراقبے کے وقت شعور ... اور لاشعور کے درمیان حائل پردہ اُٹھ جاتا ہے اور لاشعور جلد ہی اُن چیزوں کی تخلیق شروع کر دیتا ہے۔

باب نمبر 7

مرشد اور مرید

انسپریشن اور امپریشن

انسپریشن کا مطلب خود کو کسی سے متاثر کرنا اور اس کا اثر لینا ہوتا ہے۔

انسپریشن روحانیت اور تخلیقی دُنیا کی اہم چیزوں میں سے ایک ہے۔ تاریخ میں آپ کو جتنے بھی بڑے لوگوں کی مثالیں ملیں گی وہ کسی نہ کسی سے انسپائر ضرور ہوتے تھے۔

علامہ اقبالؒ نے انسپریشن مولانا روم سے لی تھی، جن کو انہوں نے پیر رومی کے نام سے پکارا اور ان کو پیر مانا۔ پھر ان کے اندر سے مولانا جلال الدین رومی کی روح نے بولنا شروع کر دیا۔ علامہ صاحب کی شاعری اس کی واضح مثال ہے۔ Inspiration میں انسان پر کسی دوسری شخصیت کے خیالات و کیفیات اُتر آیا کرتی ہیں، یہ خصوصاً کسی بھی آرٹسٹ یا فنکار کو زیادہ ہوتی ہے۔ گو دوسرے عام لوگوں کو بھی اس سے واسطہ پڑتا ہے۔

آپ اسلام میں رسول پاک ﷺ کی شخصیت اور زندگی کے واقعات اور صحابہ کرامؓ کی شخصیات و حالات سے انسپریشن حاصل کرتے ہیں۔ ان کے بعد صوفی بزرگوں کے واقعات آ جاتے ہیں۔ اگر آپ کسی سے صحیح طرح متاثر ہوں تو آپ میں اس کی شخصیت کا واضح اَثر آ جاتا ہے۔ یہود نے بھی بے شمار قصے کہانیاں (اسرائیلیات، کچھ سچ، کچھ جھوٹ) بیان کی ہیں۔ جن میں پیغمبروں کے بھی بہت سے واقعات موجود ہیں۔ ان کو پڑھ پڑھ کر وہ انسپریشن لیتے تھے۔

دراصل آپ جو کچھ بھی روز سنتے رہتے ہیں آپ پر اس کا اثر ہو جاتا ہے۔ بلکہ بعض واقعات کا اُلٹا اثر بھی شروع ہو جاتا ہے۔ اس سلسلے میں بہت سے واقعات ہیں۔ مشہور پامسٹ کیرو نے اپنی آپ بیتی میں ایک واقعہ لکھا ہے۔ جس میں کہ ایک بڑی معزز فیملی کا چودہ سال کا بچہ بے شمار چوریوں اور بعد میں اپنی فیملی کو زہر تک دینے میں ملوث ہو جاتا ہے۔ ایک سراغ رساں نے اس کو پکڑ لیا۔ ماں باپ حیران تھے کہ ان کے بچے کو کیا ہوا؟ بہت سوچ بچار کے بعد بچے کی ماں نے بتایا کہ جب وہ اس بچے سے حاملہ تھی تو اس نے ایک جاسوسی ناول کئی بار پڑھا جو کہ ایک بچے کے بارے میں تھا۔ وہ بچہ ایک بڑی معزز فیملی سے تعلق رکھتا ہے مگر بارہ سال کی عمر میں وہ اپنے قصبے میں بہت سی چوریاں کرتا ہے اور پھر چودہ سال کی عمر میں اپنے ماں باپ کو زہر دے دیتا ہے۔ وہ یہ ناول بڑا ڈوب کر پڑھتی تھی۔ آپ اندازہ کریں کہ ماں کے دورانِ حمل ایسے ناول میں کھونے کا بچے پر کتنا اثر پڑا تھا۔

میرے ذاتی تجربات میں بھی ایسی چیزیں آ چکی ہیں کہ ہم پر کچھ روحانی و مذہبی باتیں کھو کر پڑھنے یا سننے سے کیا اثر ہو سکتا ہے۔ خصوصاً کسی تصور کو دل میں بٹھانے سے لازماً یہ اثر ہوتا ہے۔ اسی طرح چار ٹھگوں کا واقعہ بیان کیا

جاتا ہے۔ انہوں نے ایک دیہاتی کو دیکھا جو کہ دُنبے کے بچے کو منڈی سے خریدنے کے بعد کندھے پر اُٹھا کر واپس گاؤں جا رہا تھا۔ اَب ٹھگ ایک ایک کر کے اس کے راستے میں بیٹھ گئے۔ دیہاتی کو پہلا ٹھگ ملا تو وہ کہنے لگا کہ یہ کتا کیوں کندھے پر اُٹھایا ہوا ہے؟ دیہاتی نے کہا یہ کتا نہیں بھیڑ کا بچہ ہے۔ مگر ٹھگ بولا کہ یہ اچھی نسل کا کتا ہے خوب چوکیداری کرے گا۔ آگے گیا تو دوسرا ٹھگ ملا، اس سے کہنے لگا یہ کتا بڑی اعلیٰ نسل کا ہے، کتنے کا لیا ہے؟ دیہاتی نے کہا نہیں یہ دُنبے کا بچہ ہے لیکن ٹھگ کہنے لگا کہ مجھے بھی اس نسل کے کتے کی تلاش ہے اور پھر چلا گیا۔ اَب دیہاتی کچھ پریشان ہوا کہ کیا مسئلہ ہے؟ مگر چلتا رہا، آگے تیسرا ٹھگ ملا جو اسے دیکھ کر کہنے لگا کہ کتے کو کندھے پر نہیں بٹھاتے بلکہ رَسی سے باندھ کر ساتھ چلاتے ہیں، یہ تم کیا بیوقوفانہ حرکت کر رہے ہو۔

اَب دیہاتی شک میں پڑ گیا۔ اس نے بھیڑ کے بچے کو اُتار کر دیکھا کہ وہ واقعی بھیڑ کا بچہ ہی ہے یا کتا ہے۔ پھر اسے اُٹھا کر گاؤں کی طرف چل دیا لیکن اس کے دِل میں شک پڑ چکا تھا۔ کہیں وہ واقعی شہر سے کتا تو نہیں لے آیا، کہیں شہر والوں نے کوئی فراڈ تو نہیں کر لیا۔ آگے راستے میں اس کو چوتھا ٹھگ ملا جو اسے دیکھتے ہی کہنے لگا بڑے بیوقوف آدمی ہو، کوئی کتے کو بھی ایسے کندھے پر بٹھا کر چلتا ہے، لگتا ہے تم پاگل ہو۔ یہ کہہ کر وہ چل دیا۔ اب دیہاتی پاؤں سے اُکھڑ چکا تھا۔ اس نے بھیڑ کے بچے کو اُتار کر ایک طرف کھڑا کیا اور خود گاؤں کی طرف بھاگ پڑا۔

بات یہ ہے کہ اگر جھوٹ بھی لگاتار اور طریقے سے بولا جائے تو وہ بھی سچ بن جاتا ہے اور اگر اچھی باتیں لگاتار سنی جائیں تو پھر تو کیا ہی بات ہے۔ ہر بات جس کو آپ سنجیدہ اور گہرے طریقے سے سنتے ہیں وہ آپ کے لاشعور میں بیٹھ جاتی ہے اور آپ کی شخصیت پر اس کا اثر بھی شروع ہو جاتا ہے۔ اگر آپ اسے لگاتار سنتے اور پڑھتے رہیں تو پھر آپ کی شخصیت میں ہی انسان کی سب مخفی اور پیغمبرانہ قسم کی صفات اُبھرتی ہیں۔ تصورِ شیخ سے تصورِ رسول ﷺ اور تصورِ اللہ تک اسی اصول سے پہنچا جاتا ہے۔

قوالی بھی دراصل اسی مقصد کے لئے سنی جاتی ہے۔ پھر اس میں سنتے سنتے ایک وقت آ جاتا ہے جب سننے والا کہیں کھو جاتا ہے۔ وہ وہاں نہیں رہتا، خود کو بھول جاتا ہے، اس وقت اندرونی شخصیت باہر آ جاتی ہے اور روحانیت میں ایک اہم منزل طے ہو جاتی ہے۔ اکثر ایسا سالک پہلے ہی تقریباً مکمل ہو چکا ہوتا ہے۔ ہر ایک پر یہ اثر نہیں ہوتا۔ اندرونی شخصیت کو باہر لانا روحانیت میں بڑا اہم قدم ہے، اسی میں انسان کی سب مخفی صلاحیتیں ہوتی ہیں۔

ہم سب لوگ کسی نہ کسی کا امپریشن لئے ہوتے ہیں، کچھ بچے بچپن ہی سے کسی فوجی کا امپریشن بٹھا لیتے ہیں اور وہ لاشعوری طور پر اس کی طرح کی حرکتیں شروع کر دیتے ہیں۔ ایسے ہی کچھ بچے اپنے پسندیدہ کھیل میں کسی کھلاڑی (ہیرو) کا امپریشن لیتے ہیں، اسے اندر بٹھا لیتے ہیں اور اس کھلاڑی کی ہر کام میں نقل کرنے لگ جاتے ہیں بلکہ ان کی شخصیت آہستہ آہستہ اسی کی طرح ہو جاتی ہے بلکہ ان میں اس کھلاڑی کی مہارت بھی آ جاتی ہے۔ شاعر، موسیقار اور ادیب کسی نہ کسی سے انسپائر ہوا تھا اور اس نے اس کا امپریشن لیا تھا۔ جب وہ امپریشن اندر بیٹھ جاتا ہے تو یہ انسان کے دِل کی فطرت ہے کہ اس میں بیٹھی ہوئی چیز زندہ رہتی ہے۔ دِل اسے طاقت دیتا ہے۔

پھر اسی امپریشن سے متعلقہ انسان کی شخصیت اور صفات خود میں ظاہر ہونی شروع ہو جاتی ہیں۔ اس میں ضروری بات یہ ہوتی ہے کہ آپ اسی شخصیت کا تصور اور Impression اندر رکھیں گے جس سے آپ پوری طرح متاثر ہوں، جس سے آپ متاثر نہ ہوں اس کا تصور اندر رکھنے کا کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ اس میں متاثر Impress ہونا بہت لازم ہے۔ اسلام میں تصورِ شیخ سے لے کر تصورِ رسول ﷺ اور تصورِ اللہ سب اس چیز کی عملی مثالیں ہیں۔

اس میں مرید پہلے اپنے پیر (شیخ) کے دیئے ہوئے اذکار پڑھتا رہتا ہے اور اپنے پیر کا تصور کرتا رہتا ہے، آہستہ آہستہ شیخ کی روحانیت مرید میں منتقل ہونی شروع ہو جاتی ہے۔ آگے اسلام کی روحانیت میں اس کی تفصیل بتائی گئی ہے۔

Inspiration کی پانچ قسمیں ہوتی ہیں۔

1- مصور یا سائنسدان کی۔
2- موسیقار یا شاعر کی۔
3- مرید یا چیلے کی۔
4- صوفیا یا روحانیوں کی۔
5- پیغمبروں کی۔

یہ مختلف طریقے سے انسان پر وارد ہوتی ہے۔

1- سوچ میں آیا کرتی ہے۔
2- جذبات اور احساسات (Feeling) میں آتی ہے۔
3- کسی کیفیت کو دِل کی گہرائی میں محسوس کرنا (In the depth of heart)
4- Flow of Wisdom میں یعنی حکمت و دانش مندی کی باتوں میں۔
5- غیبی آواز یا جاگتے ہوئے واقعات و حالات کی مکمل تصویر یا فلم دِکھا دی جاتی ہے۔

Inspiration میں انسان کا دِل صاف ہونا چاہئے۔ اپنے فن میں کھو جانے والے پر یہ صحیح طریقے سے آیا کرتی ہے۔ عموماً یہ ان لوگوں پر آیا کرتی ہے جو کسی سے صحیح طریقے سے متاثر ہو جائیں۔

پیر اور مرید:

اسلامی تصوف، ہندو جوگی اور بدھ اِزم کے سب سکول یہ بات کہتے ہیں کہ ''گرو بن گیان نہیں ملتا'' (یعنی پیر/استاد کے گیان نہیں ملتا۔)

اسلام کے خانقاہی نظام میں پیر کو مرکزی حیثیت حاصل ہوتی ہے۔ اگر کسی کو صحیح پیر مل جائے تو پھر اس کو مزید کی رہنمائی کی ضرورت نہیں رہتی۔ پیر اسے خود ہی درجہ بدرجہ ترقی کراتا اور رہنمائی کرتا چلا جاتا ہے۔ ایسے مرید کو کسی اور کی طرف دیکھنے کی ضرورت نہیں رہتی۔ ایسے پیروں کو کئی قسموں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ ان میں سے سب سے

کامل وہ ہوتا ہے جو مرید کو کچھ وقت کے بعد اپنے جیسا (کوئی 90 فیصد تک) بنالیتا ہے اور مرید میں بھی یہ ... پیدا ہو جاتی ہے کہ دوسرے خاص مریدوں کو اپنی طرح کرے۔ دراصل جب یقین (Faith) کسی شخص ... رچ بس جاتا ہے اور وہ شخص بڑے یقین کا مالک، سچا، لالچ سے پاک، کھرا اور Pure ہو جاتا ہے تو پھر وہ ... بھی ملتا ہے اسے اپنی طرز کا بنا سکتا ہے۔ یہی شخص اصلی پیر بن سکتا ہے۔

لیکن ایسے پیر کم ہی ملتے ہیں۔ اس سے بھی زیادہ اہم بات یہ ہے کہ مرید کا یقین مضبوط ہو۔ کمزور یقین ... چھوٹی سوچ رکھنے والے کو کوئی پیر کچھ بھی نہیں دے سکتا۔ اگر تھوڑا بہت مل بھی جائے تو تھوڑے دنوں میں ... ہے۔ یہ ایک تسلیم شدہ حقیقت ہے کہ "یقین کامل ہی مرشد کامل ہوتا ہے۔"

اس لئے پہلے یقین کو ہی مضبوط کریں۔ اگر کسی کو صحیح پیر کی تلاش ہے مگر اس کے ذہن میں پیر مرید ... متعلق شک وشبہ پکا بیٹھا ہوا ہے تو پھر کامل پیر میں بھی اسے نقص نظر آ جائیں گے۔ یا کچھ بھی نظر نہیں آئے گا ... دیکھنے کے لئے خاص نظر اور خاص یقین ہونا چاہئے۔ جو چیز اور یقین دل میں لے کر جائیں گی ویسا ہی ... ہر چیز اپنی قسم کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ چور چور کو، جواریا جواریے کو اور نیک نیک کو اپنی طرف کھینچتا ہے۔

مولانا روم نے بھی اپنی مثنوی میں اس کی مثال دی ہے۔ جس میں کہا گیا ہے کہ اس دُنیا میں ایسے لوگ ... ہوتے ہیں جو روحانیت کے جھوٹے دعوے کر دیتے ہیں بلکہ ان میں سے کچھ نبوت اور اللہ ہونے کا دعویٰ بھی ... جاتے ہیں اور حیرانی کی بات یہ ہے کہ ایسے ہر دعویٰ کرنے والے کے کوئی نہ کوئی پیروکار مل جاتا ہے۔ بلکہ ... خاصی تعداد میں مل جاتے ہیں۔ اسکی یہی وجہ ہے کہ جیسے پیر ہوتا ہے ایسے ہی خیالات کے مرید اسے مل جاتے ... کیونکہ ہر چیز اپنی قسم کی طرف کشش کرتی ہے۔ جھوٹے دعوے کرنے والے کے دل میں خود بہت سے ... شبہات ہوتے ہیں جیسے شرک، توہم پرستی وغیرہ۔ ایسا آدمی جب دعویٰ کرتا ہے تو ایسے ہی خیالات رکھنے والے ... اس کی طرف کشش کر کے آتا ہے۔ اس مرید کے ذہن میں بھی توہم پرستی، اللہ کے بجائے بندوں سے امید ... چیزیں بیٹھی ہوتی ہیں۔

ایسے پیر کو تو اپنے دعویٰ میں شک ہوتا ہے مگر مرید کا اپنے پیر پر خاصا پکا یقین ہوتا ہے لیکن کوئی بھی اچھے ... اور مضبوط یقین کا آدمی ایسے پیر کی طرف نہیں آتا اور اگر کسی وجہ سے آ بھی جائے تو تھوڑے ہی دنوں میں ... کر چلا جاتا ہے۔ ایسا مرید صرف کسی اچھے دل اور صحیح صلاحیت رکھنے والے پیر کے پاس ہی ٹک سکتا ہے۔

خود مجھے کافی تعداد میں ایسے لوگ بھی ملے جو بڑا عرصہ تلاش کرنے کے باوجود کوئی پیر نہ ڈھونڈ سکے ... دراصل ایسے لوگوں کا یقین ہی متزلزل تھا، وہ گھر سے ہی شک وشبہ لے کر چلتے تھے۔ آگے ان کو رہنمائی ایسے ... تھے جو غلط پیروں کا پتہ دیتے تھے اور اگر وہ کسی صحیح پیر کے پاس پہنچ بھی جاتے تھے تو پھر بھی انہیں پیر میں کوئی ... محسوس نہ ہوتی تھی اور وہ انہیں چھوڑ کر واپس آ جایا کرتے تھے۔ جبکہ کچھ دوسرے لوگ اسی پیر کے پاس جا ... انہیں پیر میں خاص خوبیاں نظر آ جاتی تھیں۔ دراصل ہر کوئی اپنے یقین کی عینک لگا کر ایسی چیزیں دیکھ ... حالانکہ روحانی صلاحیت دراصل روح کی صفات ہیں جو ہر دور میں انسان میں موجود رہی ہیں۔ ایک خاص ...

ہوتی ہے وہ یہ کہ ہر انسان میں ایک قدرتی روحانی صلاحیت ہوتی ہے۔ کچھ میں یہ تھوڑی اور کچھ میں بہت زیادہ ہوتی ہے۔ آپ اسے لوگوں کا یقین اور حوصلہ بھی کہہ سکتے ہیں۔ ان میں شک وشبہ بھی کم ہوا کرتا ہے۔ انسان کا سچا اور کھرا ہونا اس میں بڑا مددگار رہتا ہے۔ جن میں یہ صلاحیت کم ہوتی ہے ان کو اچھے سے اچھا پیر بھی کچھ نہیں دے سکتا۔ بلکہ ایسے لوگوں کو روحانیت میں اگر محنت کراتے رہیں تو انہیں تھوڑا بہت مل جاتا ہے۔ مگر محنت بہت زیادہ اور پھل بہت کم ہوتا ہے۔ ایسے لوگوں میں شروع سے ہی یقین کی کمی ہوتی ہے اور کچھ ایسے لوگ ہوتے ہیں جن میں صلاحیتیں بہت زیادہ ہوتی ہیں اور وہ لوگ کسی بھی اچھے پیر کے پاس جا کر تھوڑے ہی عرصے میں اور بعض چند ہی دنوں میں بہت کچھ پالیتے ہیں۔

بعض ایسے بھی ہوتے ہیں کہ بغیر کسی ظاہری پیر کے اویسی طریقے سے بہت جلد ہی بہت کچھ پالیتے ہیں۔ اب مسئلہ یہ ہے کہ لوگ کس طرح یہ معلوم کریں کہ ان میں روحانیت کی صلاحیت ہوتی ہے کہ وہ دیکھ کر بتا سکتے ہیں کہ کون کتنی روحانی صلاحیتوں کے ساتھ پیدا ہوا ہے اور اسے کس روحانی لائن یا صرف روحانیت میں توجہ کرنی چاہئے۔

میں خود برسوں اس تلاش میں رہا کہ کوئی ایسی ترکیب ملے جس سے لوگوں میں موجود روحانیت کا پتہ چل سکے۔ 1995ء کے بعد مجھے اس کے دو طریقے معلوم ہو گئے۔ جن میں سے ایک تو کسی شخص کو دیکھ کر اس کی روحانی صلاحیت کے بارے میں کچھ معلوم ہو جاتا تھا۔ اگر کوئی روحانیت میں پہلے ہی ترقی کر چکا ہوتا تھا تو پھر اس شخص کے قریب جانے پر بڑی پرکشش سی لہریں محسوس ہوتی تھیں۔ بعد میں اس شخص کے بارے میں سوچتے ہی معلوم ہونا شروع ہو جاتا تھا۔

روحانیت میں بھی پیر کے ڈیرے سے یا اس کے پاس پہلی دفعہ جانے سے ہی ان لہروں کا احساس ہو جاتا ہے۔ ان کی موجودگی میں انسان خود کو بڑے سکون میں محسوس کرتا ہے۔ ایسی ہی کیفیت میں اگر آپ داتا صاحب جائیں تو کسی حد تک آپ کو محسوس ہوگی۔ وہاں جا کر مزار کے پاس خاموشی سے بیٹھ کر آنکھیں بند کر کے پرسکون ہو کر آپ کو ایک خاص کیفیت محسوس ہوگی۔ ایسی کشش روحانی لوگوں میں ہوتی ہے۔ دوسری پہچان کا تعلق پامسٹری سے تھا۔ میں 1980ء سے لے کر 1996ء تک پامسٹری میں گہرا مصروف رہا ہوں۔ جس میں 1986ء سے 1996ء تک پیشہ ور دست شناس کی حیثیت سے رہا۔ دُنیا کی مختلف زبانوں کی کتابیں اس پر پڑھیں، بے شمار مختلف ملکوں کے پامسٹوں سے بھی ملا۔ شروع شروع میں کچھ کی شاگردی بھی کی۔

ہمارے لوگ دراصل دست شناسی کو مستقبل کے واقعات جاننے کا طریقہ سمجھتے ہیں جو کہ ایک بڑی غلطی ہے۔ دست شناسی آپ کی مخفی صلاحیتیں جاننے میں حیرت انگیز حد تک صحیح ثابت ہوتی ہے۔ کردار شناسی آپ کی مخفی صلاحیتیں معلوم کرنے میں میرے نتیجے 95 فیصد سے بھی اوپر ہوتے تھے۔ خصوصاً 1991ء کے بعد۔ اسی لئے اس کتاب میں پامسٹری کے باب میں میں نے ایسے نشانات بتائے ہیں جو کہ روحانیت کی واضح نشاندہی کرتے ہیں۔ یہ خاص نشانات عموماً میری اپنی کوششوں کی دریافت ہیں۔ آپ پامسٹری کے باب میں ان کی تفصیل دیکھیں۔ میری ایک دست شناسی کی کتاب بھی شائع ہو رہی ہے، اس میں آپ کو اور بہت سی چیزوں کی تفصیل مل جائے گی۔

ماہر پامسٹ آپ کی زندگی کے سب پہلوؤں کے بارے میں معلومات دے سکتا ہے۔ آپ کی ... ناکامی کے سب امکانات بتا سکتا ہے لیکن یہ بہت محنت اور صلاحیت کا کام ہے۔ بہت سے لوگ یہ غلطی کر... کہ کسی مخفی حالات بتانے یا مستقبل کی باتیں صحیح بتانے والے کو پیر مان لیا کرتے ہیں۔ یہ ایک بڑی غلطی ہے۔ کئی لوگوں میں ایسی باتیں معلوم کرنے کی قدرتی صلاحیت ہوتی ہے۔ ایسے لوگوں میں روحانی صلاحیت... ہوتی۔ یہ صرف باتیں بتا سکتے ہیں یا لوگوں کی مدد کرنے کے جھوٹے دعوے کرتے ہیں۔ گو مستقبل یا مخفی حالات... اچھا پیر بھی کسی حد تک بتا سکتا ہے، مگر یہ کوئی لازمی بات نہیں ہے۔ ہاں البتہ اگر کسی صحیح باتیں بتانے والے ... آپ کو ایسی لہریں بھی محسوس ہوتی ہیں تو پھر اس میں روحانی صلاحیت بھی ہوگی۔ کچھ اچھے معالجوں (چاہے ... ڈپلومہ یافتہ ڈاکٹر ہوں یا روحانی علاج کرنے والے) سے بھی ایسی لہریں آیا کرتی ہیں۔ کچھ تجربے کے بعد ... ان لہروں کی مختلف اقسام کا اندازہ ہو جائے گا۔

مستقبل یا مخفی حالات بتانا کوئی اہم بات نہیں، ہاں حالات تبدیل کر دینا اور اچھے کر دینا روحانیت کہلاتا ... مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے، اس لئے اسلام میں اس کی پیش گوئی کرنے کی ممانعت کی گئی ہے۔ آپ کو روحانی ... والے کا چہرہ دیکھنے سے بھی معلوم ہو جاتا ہے کہ اس کے پاس کچھ ہے یا نہیں لیکن یہ بھی تجربے سے ہوتا ہے۔

بہر حال ایک چیز یہ پلے باندھ لیں کہ اگر روحانیت میں ترقی کرنے کی ترکیب صرف بذریعہ پیری ہو... ہمیں اسلام میں اس کا باقاعدہ حکم ہوتا، جو کہ ہمیں کہیں نہیں ملتا۔ گو یہ اس میں ترقی کرنے کی آسان صورت ... آپ بغیر پیر کے بھی ترقی کر سکتے ہیں۔ روحانیت میں سالکوں کو چاہئے کہ مجذوبوں سے بچیں، ایک تو ان سے ... کم ہی ہوا کرتا ہے اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ وہ آپ کو اپنے جیسا ہی بنا لیں۔ ان کے بارے میں زیادہ سوچنا ... خطرناک ہوتا ہے۔

اسلام کے خانقاہی نظام میں یہ بڑا اہم سبق ہے کہ آپ جس کو پیر مان لیتے ہیں یا بیعت کر لیتے ہیں اس کو ... سے مانیں۔ اپنے پرانے خیالات اور علم کا مقابلہ اس سے نہ کریں ورنہ آپ کو کوئی خاص فائدہ نہ ہوگا۔ زیادہ ... پڑھے ہوئے لوگ اسی لئے روحانیت میں ناکام رہتے ہیں۔ وہ پیر سے پوری طرح ایمپریس Impress نہیں ... پاتے، اس کا اصول یہ ہوتا ہے کہ آپ نے پیر کا خیال (ریفلیکشن) دِل میں رکھ لینا ہوتا ہے۔ دل میں ... ریفلیکشن بیٹھتا ہے جس سے ہم متاثر Impress ہوں۔ اپنے خیالاتِ علم یا روحانیت کا مقابلہ کرنے والا ... سے کیا متاثر ہو سکتا ہے اور کیا فائدہ اُٹھا سکتا ہے؟ بے شمار صحیح پیر اس اصول کو سمجھتے ہوئے بھی مریدوں کو لفظوں ... سمجھانے میں ناکام رہتے ہیں۔ جب کسی کا تصور (ایمپریشن) اور ریفلیکشن دِل میں بیٹھ جاتا ہے تو دل ... رکھتا ہے، طاقت دیتا اور بڑھاتا ہے۔ پہلے انسان کی اندرونی شخصیت پیر کے سانچے میں ڈھلتی ہے، پھر آہستہ ... آہستہ بیرونی شخصیت تبدیل ہونے لگ پڑتی ہے۔

مولانا روم اس چیز کی مثال اپنی شاعری میں دیتے ہوئے فرماتے ہیں: ''میں یہ جسم نہیں ہوں جو لوگوں کی ... نظروں میں مقبول نظر آتا ہے بلکہ میں وہ ذوق وشوق ہوں جو مریدین کے قلوب میں میرے کلام اور میرے ... سے جوش مارتا ہے۔''

پیر کے بارے میں کوئی شک نہ رکھنا اس سے ایمپریس ہونا اور اپنے علم کا اس سے مقابلہ نہ کرنا، یہ چیزیں اسلامی خانقاہی نظام کا جزو ہیں۔

لیکن اسلام کی روحانیت والے اکثر لوگ اسے لفظوں میں لوگوں کو نہ سمجھا سکے، اسی وجہ سے کچھ جاہل مریدوں کے یہ الفاظ ہوتے ہیں کہ پیر کو اللہ مان لو، اگر اللہ نہ مانو گے تو اللہ تک کیسے پہنچو گے؟ حالانکہ اصل پیغام یہ ہے کہ جس سے پوری طرح متاثر ہو اسی کا تصور (ایمپریشن) انسان اندر بٹھا سکتا ہے۔ کئی پیر اپنے مریدوں کو اپنے نام کا کلمہ تک پڑھا دیتے تھے جس کی وجہ سے طرح طرح کی بدگمانیاں پھیلتی تھیں اور غلط فہمیاں پیدا ہوتی تھیں۔ شریعت اور تصوف میں جنگ شروع ہو جاتی تھی۔ Perfectionist اس معاملے میں بدقسمت ہوتے ہیں یہ ہر معاملے میں 100 فیصد صحیح لوگ ڈھونڈتے ہیں۔ 100 فیصد تو اللہ ہی ہے۔ پرفیکشنسٹ کو کوئی مکمل روحانی نظر ہی نہیں آتا اس لئے وہ کسی کو دلی طور پر نہیں مان سکتا۔ اسے یہ عادت چھوڑ دینی چاہئے اور یہ بھی یاد رکھنا چاہئے کہ روحانیت اور چیز ہے شریعت اور بیرونی علم اور چیز ہیں۔

میرا ذاتی خیال اور رائے صحیح پیروں کے بارے میں یہ ہے کہ وہ بہت کم ہوتے ہیں مگر ہر دور میں موجود رہتے ہیں، آج کل بھی ہیں۔ ان کے پاس آپ کو ایک چیز ضروری دیکھنی چاہئے کہ ان میں یقین کامل Faith موجود ہو، کم از کم ان کی دُعا میں اثر ہونا چاہئے۔ مالی طور پر یہ صحیح ہونے چاہئیں، یعنی پیسے کا ان کو لالچ نہ ہو، بناوٹ اور دکھاوا ان میں نہیں ہوگا۔ جو ہے وہ ہے، جو نہیں وہ نہیں۔ پڑھے لکھے حضرات ان کے بیرونی علم (یعنی نفسیاتی اور سائنسی علم یا شرعی گہرا علم) پر نہ جائیں، یہ لازمی نہیں کہ ان میں زیادہ موجود ہو۔ مگر ان کے پاس بیٹھنے سے دِل میں سکون اور خوشی آ جاتی ہے، ڈر غائب ہو جاتا ہے۔ روح زندہ ہونے لگ پڑتی ہے، انسان کی ذہنی اور روحانی صلاحیتیں بیدار رہنے لگ پڑتی ہیں۔ حقیقت میں سے یہ لوگ اہل یقین، لالچ سے پاک، شک وشبے سے خالی، کھرے اور خالص Pure ہوتے ہیں۔ پھر دیئے سے دیا جلتا ہے، صحیح روحانی کی موجودگی یا صحبت میں ان کی طرح انسان سے ڈر وخوف، شک ووہم ختم ہو جاتا ہے اور انسانی روح کی توانائی باہر آنے لگ پڑتی ہے۔ ڈر وخوف وہی آپ میں سے ختم کر سکتا ہے جو خود اس پر حاوی ہو۔

اگر کسی پیر کے پاس کچھ عرصہ گزارنے کے بعد (یعنی اس کا مرید ہونے کے بعد) بھی آپ کو کوئی تبدیلی محسوس نہیں ہوتی تو پھر اسے چھوڑ دیں اور کوئی نیا پیر تلاش کریں۔ بہر حال اس کتاب میں میں نے اتنی معلومات ضروری دی ہیں کہ ان کو پڑھنے اور خصوصاً ذہن نشین کرنے کے بعد آپ کو پیر کی کم ہی ضرورت پڑے گی۔ مگر پھر بھی میری نصیحت یہی ہے کہ کسی پیر یا روحانی رہنما کی تلاش جاری رکھیں لیکن یہ معلومات ذہن نشین ہونے کے بعد آپ انشاء اللہ ایک خشک لکڑی کی طرح ہوں گے جسے صرف ایک چنگاری کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ کا کام بہت حد تک پہلے ہی مکمل ہو چکا ہوگا۔ کسی بھی صحیح روحانی رہنما کے پاس جاتے ہی آپ کی ترقی شروع ہو جائے گی۔ اگر انسان کے پاس یہ علم نہ ہو تو اس کی ترقی کی رفتار بہت آہستہ رہتی ہے اور جو کچھ اسے پیر سے ملتا ہے وہ بھی ضائع ہوتا چلا جاتا ہے۔

خود ورد و اذکار کر کے روحانیت کو پانے کے بجائے پیر کا ''شارٹ کٹ'' زیادہ آسان اور فائدہ مند رہتا ہے۔ کیونکہ زندہ مثال سامنے ہو تو انسان جلدی سیکھتا ہے اور حوصلے میں بھی رہتا ہے۔

''یاد رکھیں کہ اگر روحانیت لفظی علموں یا سائنسی اور نفسیاتی علموں میں موجود ہوتی تو مغرب کے ملکوں میں سب لوگ کامل پیر ہو جاتے. سارے لفظی علم یہ لوگ وہاں لے جا چکے ہیں، ہندوؤں اور بدھ مت والوں کا سارا لفظی علم وہ اپنے کمپیوٹروں میں ڈال چکے ہیں اور لفظوں کے علموں کے وہ ان لوگوں سے زیادہ ہی عالم ہو چکے ہیں''

مگر روحانیت یقین کامل Faith کا نام ہے جس میں توکل باخدا سب سے اہم ہے، جو ان کے پاس نہیں ہے اور ان کو سمجھ بھی نہیں آ رہا ہے. اس لیے آپ بھی پیروں میں لفظی علموں کو زیادہ تلاش نہ کریں، گو انہیں اس میں بھی کچھ نہ کچھ معلومات ضرور ہوں گی. پیری مریدی میں یہ سمجھنے والی بات ہے کہ مرید اگر حوصلے والا ہے تو پیر بھی اوپر چلا جاتا ہے. اس کی سیدھی سی مثال اسلامی تصوف میں جناب شیخ عبدالقادر جیلانی اور شیخ ابوالحسن خرقانی ہیں، پھر اور بھی بہت سی مثالیں موجود ہیں.

تصور متاثر ہو کر اندر رکھنے کے بعد پیوند کی طرح کام کرتا ہے لیکن خیال رکھیں کہ کسی مجذوب کا تصور اندر رکھنے سے آپ بھی مجذوب بنتے چلے جائیں گے اور لالچی اور بھوکے پیر کا تصور آپ کو بھی لالچی اور بھوکا بنا دے گا اور بھی بہت کچھ ہو سکتا ہے ''عقل مند کے لیے اشارہ کافی ہے.''

انسان خصوصاً سالک کی اندرونی شخصیت بڑی لطیف ہوتی ہے، جس سے متاثر ہو، وہی رنگ اختیار کر جاتی ہے. استاد سے سیکھنا بہتر اور آسان بھی ہوتا ہے خصوصاً صحیح استاد مل جائے تو کیونکہ پھر شاگردوں (مریدوں) کے سامنے ایک عملی مثال ہوتی ہے.

اور یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ کئی دفعہ پڑھی ہوئی بات بھی انسان بھول جاتا ہے، مگر استاد سے سنی ہوئی بات پکی یاد رہ جاتی ہے. استاد سے سیکھنے میں یہ بھی یاد رکھیں کہ اس کے سکھانے کے طریقے اور نظام پر بھی آپ کا اعتقاد ہو تو نتیجے جلدی ملتے ہیں. اگر آپ کو کوئی تھوڑا بہتر پیر مل جاتا ہے تو اس پر پورا بھروسہ کریں. عجیب بات یہ ہوتی ہے کہ اگر آپ اس پر پورا بھروسہ کرتے اور اسے بڑا روحانی سمجھتے ہیں تو وہ آپ کے اعتقاد کی طاقت کی مدد سے اور کچھ اپنی روحانیت سے واقعی اسی قابل بن جاتا ہے. پھر وہ آپ کو پورا فائدہ دے گا، چاہے آپ کے دوسرے ساتھیوں کو نہ دے سکے. (Obsession کے باب میں اس کی تفصیل دیکھیں).

روحانی معاملوں میں استاد کی بڑی اہمیت کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ کشف کرامات (جیسے

فاصلے پر چیزیں دیکھنا، دوسری جگہ موجود ہونا، جسم میں سے چھریاں گزارنا، ہوا میں اڑنا) استاد سے سیکھے جائیں تو یہ زیادہ یقینی اور آسان راستہ. دراصل یہ چیزیں متعدی ہوتی ہیں، یعنی ایک انسان سے دوسرے میں آتی ہیں. یقین کامل بھی متعدی ہوتا ہے. اسی چیز کو 'جاگ' لگنا بھی کہتے ہیں. یہ صحیح روحانی سے دوسروں میں منتقل ہوتی رہتی ہیں. یہی چیز اسلام کے خانقاہی نظام کی بنیاد ہے.

بغیر پیر کے سالک

اسلام کی روحانیت میں ایک بڑی ضرورت مجھے اس بات کی محسوس ہوتی رہی کہ پرانے روحانی (ولی اللہ) خود تو ترقی کر کے اپنی راہ پر چل پڑے، لیکن بہت سے روحانیت کے متلاشی دور پیچھے کھڑے انہیں دیکھتے رہے. کامیاب لوگوں نے انہیں کوئی آسان یا واضح راستہ نہ بتایا. اس کتاب کو لکھنے کا ایک بڑا مقصد یہ بھی ہے کہ روحانی علوم کے متلاشی کسی صحیح استاد کے بغیر روحانیت میں کامیابی حاصل کر سکیں.

اس میں سب سے پہلی سمجھنے کی بات یہ ہے کہ بڑے کامیاب روحانی لوگوں میں جو صلاحیتیں ہوتی ہیں وہ جسم میں نہیں بلکہ روح کی صلاحیتیں ہیں، جو کہ ہر ایک کی روح میں کم وبیش موجود ہیں بات صرف یقین کے درجے کی ہے اسے مضبوط بنائیں اور اللہ کے بتائے ہوئے راستے پر چلیں. اگر کسی کو صحیح پیر مل جاتا ہے پھر تو اس کے بہت سے مسئلے حل ہو گئے، لیکن ایسا کامل پیر ڈھونڈنا آسان نہیں ہے، زیادہ تر دوکاندار ہیں. بڑی گدیوں پر بھی عموماً چھوٹے لوگ بیٹھے ہوئے ہیں.

میرا عام اندازہ یہ ہے کہ کسی اچھے پیر کی اولاد کے بجائے خلیفہ زیادہ قابل اور باصلاحیت ہوتا ہے.

پیروں میں بھی گدی نشین کے بجائے پہلا مشہور پیر بہتر ہوتا ہے. کشف وکرامات والے پیروں میں گمگھول شریف (پیر کوہاٹ) اور شیخ عبدالرحمن بن عبداللہ (کراچی اور ملتان) کو ملنے اور کچھ دیکھنے اور محسوس کرنے کا اتفاق ہو چکا ہے. آپ حضرات ان سے فیض یاب ہو سکتے ہیں. کشف کے معاملے میں سرفراز شاہ صاحب (اقبال ٹاؤن، لاہور) کا نام بھی قابل ذکر ہے. میں خود آپ کو اس کتاب میں کوئی مکمل ورد اذکار نہیں دے سکتا فوراً سارا بوجھ خود اٹھانا پڑتا

ہے. گو کچھ بہت اچھے ورد اس میں حاضر خدمت ہیں. اگر آپ کا جذبہ صادق ہے اور آپ اس راہ پر چل پڑیں تو خود ہی راستے ملتے جاتے ہیں صرف نیت صحیح، اخلاق عمدہ اور جذبہ صادق ہونا چاہئے. بس چل پڑیں، ایسے سالک کو چند ایک ہدایات بہت مددگار رہوں گی.

پہلی بات یہ ہے کہ شریعت کی سب ہدایات پر عمل کرے. پھر حقوق العباد اور حقوق اللہ پورے کرنے کی پوری کوشش کرے. رزق حلال بہت لازمی ہے، حرام کھانے والے کی فقیری میں کوئی گنجائش نہیں. کچی بنیاد مت رکھیں. پھر پاکستان جیسے ملک میں رزق حلال کھا کر خدا کا شکر ادا کرنا آدھی ولایت کی نشانی ہے.

رسول پاک ﷺ سے حدیث ہے، آپ نے فرمایا ایک وقت آئے گا جب لوگ بہت کم محنت کریں گے اور ان کو اس کا بڑا اجر ملے گا. صحابہ کرام نے پوچھا ''کیا وہ لوگ ہم سے زیادہ اچھے مسلمان اور پاک صاف ہوں گے'' آپ ﷺ نے فرمایا ''نہیں، مگر وہ وقت ایسا ہوگا کہ کم محنت کرنے والے کو زیادہ اجر ملا کرے گا''

میرے خیال میں اب ایسا ہی وقت ہے. ہمارے ملک میں ایسے حالات میں اپنے آپ پر قابو رکھنا شریعت پر عمل کرنا اور اپنے رزق حلال کی دوڑ دھوپ میں رہتے ہوئے طریقت کی راہ پر چلنا آسان کام نہیں ہے، جو یہ کرتا ہے اس کو انشاءاللہ اس کا اجر ضرور ملے گا. اللہ اس کا ہاتھ خود ہی پکڑ لے گا'' بس انسان کا اتنا یقین ہونا ہی کافی ہے.'' ہر حال میں مثبت سوچ رکھیں، پرامید رہیں، منفی سوچ سے بچیں. آیت الکرسی کا ورد کیا کریں، آپ کو راستہ ملتا جائے گا. نماز کے بعد ایک دفعہ آیت الکرسی ضرور پڑھا کریں. ویسے اگر آپ کا کوئی واقف یا بزرگ اسے پڑھتا ہو تو اس سے پوچھ کر کہ کتنی بار اور کس وقت اس کا پڑھنا بہتر ہے اسے پڑھیں. اگر کسی سے یہ ورد لیا جاتا ہے تو پھر اس دینے والے کی روحانیت اور اس کا یقین بھی مددگار ہو جاتا ہے لیکن احتیاط یہ کریں کہ کسی نیک اور مضبوط یقین والے آدمی سے ورد لیں. کہ بتانے والے کا اثر بھی ورد کی طاقت میں شامل ہوتا ہے. ہمیشہ وضو سے رہیں. وضو رہنے کے اور بھی فائدے ہیں جو کہ آپ کو روحانی علاج کے باب میں مل جائیں گے.

ہر مسلمان بہ آسانی نماز میں پڑھی جانے والی سورتوں اور دعاؤں کا ورد کر سکتا ہے. خصوصاً سورۃ فاتحہ اور سورۃ اخلاص کا ورد بہت مفید ہوتا ہے، ان کے ورد کا کوئی نقصان نہیں ہوتا. جب کہ کچھ کو سورۃ اخلاص کا ورد بہت مفید ہوتا ہے، ان کے ورد کا کوئی نقصان نہیں ہوتا. جب کہ کچھ

سورتوں جیسے آیت کریمہ (لاالہ الا انت سبحنك انی کنت من الظلمین) کا بھی کبھی الٹا اثر بھی ہو جاتا ہے اگر کسی کی اجازت کے بغیر ورد کی صورت میں پڑھی جائیں. بغیر کسی کی اجازت کے سختی والے لفظوں اور صورتوں کا ورد نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے. ہر اچھی دعا اور ورد کو نماز میں شامل کیا گیا ہے. آپ ان میں سے کسی کا بھی ورد کر سکتے ہیں. اس کو کرنے سے پہلے استخارہ کر لیں یا کروا لیں.

درود شریف پڑھنا خصوصاً درود ابراہیمی پڑھنا بہت مبارک ہے، خصوصاً مالی و ذہنی معاملات میں بہت مددگار رہتا ہے. چھ کلمے بھی بہت اچھے ہیں، خصوصاً تیسرا کلمہ روحانیت میں بڑا اچھا رہتا ہے.

لیکن ہر ورد شروع کرنے کے بعد خواب وغیرہ میں اس کا اشارہ محسوس کریں.

جب بھی کوئی ورد شروع کریں، ان دنوں اپنے ذہن کو مثبت سوچ میں رکھا کریں منفی سوچ رکھنے اور اپنے ذہن کو خواہ مخواہ پریشان رکھنے والوں کا خود بھی زیادہ نقصان ہوتا ہے اور لاشعوری طور پر آس پاس والے اور گھر کے افراد کو بھی اس کا نقصان ہوتا ہے کیونکہ ورد کرنے والے میں روحانی توانائی Energy زیادہ ہو جاتی ہے اور جب یہ پریشان ہوتا ہے تو اس وقت اس کی پریشانی کی لہریں بھی دوسروں سے زیادہ طاقتور ہو جاتی ہیں اور لوگوں پر الٹا اثر کرتی ہیں، جب کہ خوش رہنے والے کی لہریں Vibration ہر ایک آس پاس والے کو بھی خوش اور پرسکون کر دیتی ہیں. زیادہ عبادت یا ورد کرنے والا اگر ڈرا ہوا رہتا ہو، چاہے مالی، جسمانی یا روحانی، تو گھر یا آس پاس کے لوگ بھی لاشعوری طور پر ڈرے ہی رہیں گے.

ان وردوں کا اثر کیا ہوتا ہے اس کی مثال کے لیے دو واقعے قارئین کے لیے دلچسپی کا سبب ہوں گے. 1994ء کی بات ہے کہ مجھے ہالینڈ میں ایک مسلمان روحانی ملا جس کا باپ ایران کا رہنے والا تھا اور ماں ڈچ (ہالینڈ کی) تھی. اس کا باپ ایران میں پیر تھا. وہ مجھے بتانے لگا کہ سب سے آسان ذکر سورۃ فاتحہ کا ورد ہے. پھر اس نے بتایا کہ جب وہ یہ ورد زیادہ کرنے لگا تو اس وقت وہ ٹی وی کے لیے کام کرتا تھا تو ان دنوں ایک ماہ کے اندر اندر اس کے دو دشمنوں کی موت واقع ہوگئی، جن میں سے ایک ڈوب کر مر گیا اور دوسرے کا حادثہ ہوا تھا. یہ وہ مشکل وقت میں ورد کرنے کے اثرات پر بات کرتے وقت بتا رہا تھا. اس کے کہنے کے مطابق صرف اسی کا ورد ہر کوئی کر لیا کرے.

پھر 1996ء کی بات ہے، میرے ساتھ عجیب عجیب چیزیں ہونے لگ پڑیں جن کا تعلق روحانیت سے تھا۔ میں ان دنوں پریشان تھا کہ آیا ایسی چیزیں اور بھی کسی کے ساتھ آج کل ہوتی ہیں یا صرف میرے ساتھ ایسی ہو رہا ہے۔ اسی شش وپنج میں ایک دن اپنے سینک بار میں بیٹھا تھا کہ حلال کھانے کا بورڈ پڑھ کر ایک تقریباً 45 سالہ باریش پاکستانی اندر آیا جو کہ سعودی عرب سے اپنی فرم کی طرف سے یہاں کاروبار کے سلسلے میں آیا تھا۔ افغانی لڑکا جو سینک بار میں کام کرتا تھا اسے کھانا گرم کر کے دینے لگا جب کہ میں اس سے رسمی بات چیت میں مصروف ہو گیا۔ مجھے اس سے خاصی طاقتور روحانی لہریں آتی ہوئی محسوس ہوئیں، اس لیے میں نے بات کا رخ اسلام اور روحانیت کی طرف کر لیا۔ کچھ دیر باتیں کرنے کے بعد میں نے اپنی کچھ پریشانیوں کا ذکر کیا کہ یہ باتیں میرے ساتھ ہو رہی ہیں۔ وہ صاحب جن کا نام حمید خان سمجھ لیں اور وہ پاکستان راولپنڈی کے رہنے والے تھے، کہنے لگے کہ جب کوئی مسلمان توبہ کر کے اللہ کے راستے پر مضبوطی سے چل پڑتا ہے تو ایسی باتیں ہونے لگ پڑتی ہیں۔ ان میں سے جو چیز زیادہ پریشان کرے اس کی طرف توجہ دینا بند کر دو تو پھر انسان کی بچت ہو جاتی ہے۔

میں نے خان صاحب سے پوچھا کہ ان کے ساتھ کیا کیا ہو چکا ہے تو وہ کہنے لگے کہ سعودی عرب میں ان کا دفتر میں دو لوگوں سے جھگڑا ہو گیا۔ پہلے ایک کے ساتھ جھگڑا ہوا، وہ وہاں سے نکلا تو چند منٹ کے بعد ہی اس کا حادثہ ہوا اور اس کی موت واقع ہو گئی۔ اس کے کوئی دو ہفتے کے بعد پھر ایک آدمی کے ساتھ جھگڑا ہوا، وہ وہاں سے نکلا تو چند منٹ کے بعد ہی اس کا حادثہ ہوا اور اس کی موت واقع ہو گئی۔ اس کے کوئی دو ہفتے کے بعد پھر ایک آدمی کے ساتھ جھگڑا ہوا، دس منٹ کے بعد ہارٹ اٹیک کی وجہ سے اسکی موت واقع ہو گئی۔

جب خان صاحب نے یہ واقعات بیان کئے تو میری آنکھوں کے سامنے محمد ایرانی اور اپنے ساتھ ہونے والے ایسے واقعات گھومنے لگ پڑے۔ جو کہ میرے ساتھ بھی اور میری وجہ سے ہی میرے چھوٹے بھائی کیپٹن خالد کے ساتھ بھی ہو چکے تھے۔ اس کے علاوہ خان صاحب نے چند ایک اور واقعات بھی سنائے جس میں ان کے چھوٹے بھائی کا بغیر سفارش کے پہلی بار ہی C.S.P کے کسی اہم امتحان میں پہلی بار ہی سلیکٹ ہو جانا شامل تھا۔ پھر کچھ ہندوؤں کا سعودی عرب میں مسلمان کرنا بھی شامل تھا۔ اس دن خان صاحب بڑے غصے میں تھے کہ فرم کے کام کے سلسلے میں انہوں نے جس ڈچ یہودی سے آرڈر لینا تھا، اس نے ان کو کمیشن آفر کیا تھا جو کہ

یہاں کے اصولوں کے مطابق آرڈر کی رقم کے چند فیصد ہوتا ہے۔ انہوں نے اسے جواب دیا کہ میں ایک سیدھا سادھا انسان ہوں جس کی بڑی محدود سی ضروریات ہیں اور ان ضروریات کی نسبت اللہ نے مجھے پہلے ہی بہت کچھ دے رکھا ہے۔ آپ میرے کمیشن کی رقم سودے کی رقم میں سے کم کر دیں۔ جو کہ اس ڈچ یہودی نے کر دیا۔ جب پیر مرید مسئلے پر بات ہوئی تو کہنے لگے کہ ان کا کوئی پیر نہیں ہے، ان کے پیر رسول پاک ﷺ ہیں۔ خان صاحب کے گھر سعودی عرب میں با قاعدہ قرآن پاک ہر جمعہ کے دن پڑھا جاتا تھا اور ان کے کہنے کے مطابق قرآن اور اس کی تفسیر پڑھنی ہی کافی ہے۔

پھر میں نے انہیں روحانی علاج کا طریقہ بتایا جس کی مجھے ان میں خاصی صلاحیت محسوس ہوئی تھی، مگر وہ اس سے بے خبر تھے۔ میں نے کہا کہ لوگوں کا علاج بھی کیا کریں، اسلام کے پروپیگنڈے کے لیے ایسی چیزیں مددگار ہوتی ہیں۔ خان صاحب میں ایک اچھا پیر بننے کی صلاحیت موجود تھی مگر وہ شریعت کی سیدھی اور خشک راہ پر چل رہے تھے۔

جہاں تک ہو سکے روحانی لوگوں سے اور خصوصاً بڑے روحانیوں سے ملتے رہا کریں، ایسے لوگوں کو ملنے سے ان کا اثر انسان پر ہوتا رہتا ہے۔ یورپ کی روحانیت میں آخری ناموں میں ایک نام Gordijieff کا لیا جاتا ہے۔ جو کہ پچھلی صدی کے آخر میں روس کی جارجیا ریاست میں پیدا ہوا۔ یہ روحانیت کی تلاش میں سب مذاہب اور فرقوں کے لوگوں کو ملتا رہا، جب کہ وہ خود کرسچن تھا، نام کی حد تک وہ مزاروں پر بھی گیا، مسلمان درویشوں کو بھی ملا۔ اس کی ایک کتاب ہے جس کا نام Meeting with Great Men ہے، اس نے اس میں سب کا تفصیل سے ذکر کیا ہے۔

بے شمار لوگوں کو ملنے والے بعد اسے ایک دن معلوم ہوا کہ اس میں بھی کامیاب روحانیوں کی طرح روحانی صلاحیتیں موجود ہیں۔ اس کی طاقت کو اس کے ملنے والے بہت سے لوگوں نے مانا۔ میں نے اپنے ڈچ دوست Otto (جو کہ خود روحانیت میں عمر لگا چکا تھا) سے Gordijieff کے بارے میں پوچھا کہ اس میں کیا کیا غیر فطری Super Natural صلاحیتیں تھیں تو Otto کہنے لگا ''وہ دس کلومیٹر کے فاصلے سے بیل کو مار سکتا تھا۔''

گورڈ جیف ساری دنیا میں پھرتا رہا تھا، وہ ترکی ارمینیا ایران ہندوستان میں گیا اور بہت سے روحانیوں کو ملا تھا۔ پاکستان اور انڈیا میں بہت سے ایسے روحانی لوگوں کا ذکر ملتا ہے جو یہ کام

آسانی سے کر لیتے تھے اور اب بھی کر سکتے ہیں، یعنی بیل وغیرہ مار دینا دراصل Gordijieff بہت سے لوگوں اور مسلمان صوفیوں سے بھی ملا تھا، ہر ایک نے اس کی کچھ نہ کچھ مدد یا تربیت کی تھی گو بظاہر فوری طور پر اسے کوئی خاص فائدہ محسوس نہ ہوا، مگر مناسب وقت آنے پر یہ سب فیض ظاہر ہو گیا مغرب کی سوسائٹی اور کلچر پر (خصوصاً روحانیت پر) Gordijieff کے بڑے گہرے اثرات ہیں، وہ خود 1949 میں انتقال کر گیا تھا۔ ایسے ہی آپ بھی روحانی لوگوں سے ملتے رہیں، کسی نہ کسی کا اثر وقت آنے پر کام کر جائے گا اور اگر آپ پہلے ہی تیار ہیں تو دونوں میں کام کرے گا، ایسے لوگوں سے ورد وغیرہ لے لیا کریں، اور دعا بھی کروا لیا کریں کیا پتہ اللہ کس کی سنتا ہے۔

ہونے والی چیزوں میں نظر رکھیں۔ جب آپ کوئی ورد یا وظائف پڑھنا شروع کرتے ہیں تو آپ کے حالات تبدیل ہونے شروع ہو جاتے ہیں اور عموماً بہتر ہونے شروع ہو جاتے ہیں ان پر نظر رکھیں۔ جو جو اچھی چیزیں اور کامیابیاں ہوتی جائیں ان کو یاد رکھیں اور لکھ لیا کریں۔ جب کہ غلط تجربوں اور اگر کوئی ناکامی ہوتی ہے تو اسے بھولنے کی کوشش کریں۔ اچھے اور کامیاب تجربوں کو یاد کرنے سے یقین مضبوط ہوتا ہے۔ عموماً روحانی ترقی کے شروع میں انسان کے کام خود بخود ہونے لگ پڑتے ہیں اور وہ جو چیز سوچتا ہے وہ تھوڑی دیر میں ہو جاتی ہے۔ جس چیز کی خواہش ہو وہ کسی نہ کسی طرح مل جاتی ہے۔

لوگوں کی سوچیں بھی انسان پڑھنے لگ پڑتا ہے۔ انسان کی روحانی ترقی کے ساتھ ساتھ خواب بھی تبدیل ہوتے جاتے ہیں، جوں جوں روحانیت بڑھتی ہے خواب بھی واضح اور سچے ہوتے جاتے ہیں، اس لیے شروع میں ان کا خیال رکھیں۔ خواب میں اگر کوئی ورد یا سورت دیکھنے کو ملتی ہے یا کوئی خواب میں اس کو پڑھنے کو کہتا ہے تو اسے ضرور پڑھیں۔

بغیر استادوں کے سالکوں کو چاہیے کہ وہ سورۃ فاتحہ (جو کہ ہر مسلمان کا وظیفہ ہے اور نماز کی لازمی سورت ہے) کو ہی دہراتے چلے جائیں۔ وہ اس کا اثر اپنے آس پاس کچھ تبدیلیوں کی صورت میں دیکھیں گے، پھر ایک وقت آئے گا (جو کہ ہر ایک کے یقین کے حساب سے چند ماہ سے چند برسوں کے درمیان کچھ بھی ہو سکتا ہے) کہ وہ کچھ کرامات بھی محسوس کریں اور دیکھیں گے، مثلاً کوئی تپتا ہوا لوہا اٹھا لینا اور ہاتھ نہ جلنا یا آس پاس کوئی چیز خود بخود چلنے لگ پڑنا۔ جب یہ شروع ہو گیا تو پھر ہر ورد اپنا اپنا کام شروع کر دے گا اور بہت سی کرامات شروع ہو جائیں گی۔ سورۃ الحجر میں ہے ''اور ہم نے دی ہیں آپ کو سات آیتیں (وظیفہ) (سورۃ فاتحہ کی سات

آیتیں ہیں) اور قرآن بڑے درجے کا ہے'' (87)

بہت سے بزرگوں نے سورۃ فاتحہ کی فضیلت بیان کی ہے، خصوصاً حضرت خواجہ معین الدین چشتی (اجمیر والے) نے اس کی بہت تعریف کی ہے اور بہت سی کرامات کا اس سے تعلق بتایا ہے۔ اس میں ایک چیز خصوصی دھیان رکھنے والی ہے کہ کسی بھی چیز کو تین بار پڑھنے، کہنے یا دہرانے کا ایک خاص اور طاقتور اثر ہوتا ہے۔ اس کے اثرات آپ کو وقت آنے پر معلوم ہو جائیں گے۔ مختلف لوگوں کو مختلف ورد راس آتے ہیں، جو بھی آپ کو صحیح معلوم ہوں اور ان کا اثر صحیح ہو وہ جاری رکھیں۔ آپ ورد شروع کرنے سے پہلے فال نکال لیا کریں۔

انسانی روح میں بے حساب توانائی اور طاقت چھپی ہوئی ہے جو ڈر و خوف شک و شبہ ختم ہونے کے بعد باہر آ جاتی ہے، ورد اور اذکار یہ کام بخوبی اور آسانی کر لیتے ہیں۔ اپنی محفل کا خیال رکھیں۔ ایسے لوگوں کو ضرور ملیں جو روحانیت میں دلچسپی رکھتے ہوں، اس کی وجہ سے آپ کی بیٹریاں چارج ہوتی رہیں گی اور انسان کو Inspiration ملتی رہتی ہے۔ زیادہ مادی یا دہریے قسم کے لوگوں سے ضرور بچیں۔

روحانی کتابوں میں آپ خصوصاً کشف المحجوب (مصنف داتا صاحب حضرت علی ہجویریؒ)، عوارف المعارف (شیخ الشیوخ حضرت شہاب الدین سہروردیؒ)، تذکرہ اولیاء (مصنف فرید الدین عطارؒ)، مراۃ الاسرار (مصنف شیخ عبدالرحمٰن چشتی) کا مطالعہ ضرور کریں۔ مراۃ الاسرار کا اردو ترجمہ جناب مولانا کپتان واحد بخش سیال چشتی صابری نے کیا ہے۔ اس میں اسلام کی ہزار سال کی تصوف کی تاریخ کے علاوہ اسلام کے روحانی سلسلوں اور خانقاہی نظام کی تفصیلات بتائی گئی ہیں۔ کچھ اچھی معلوماتی کتابیں غلام جیلانی برق صاحب نے بھی لکھی ہوئی ہیں۔

اپنے روحانی تجربات کا ذکر صرف اپنے ایک دو خاص لوگوں سے کیا کریں جو کہ آپ سے مخلص ہوں۔ ایسے لوگوں سے روحانیت کی باتیں کرنی جو اس پر یقین نہ رکھتے ہوں فضول ہے، بلکہ اگر آپ روحانیت کے شروع میں ہیں تو الٹا آپ کے لیے نقصان دہ ثابت ہوگا۔ بلکہ کچھ لوگ بحث و مباحثہ کر کے الٹا آپ کو شکوک شبہات میں ڈال دیں گے۔ حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے فرمایا ہے کہ سوروں کے آگے موتی مت بکھیرو۔

اور میاں محمد کہتے ہیں

عاماں بے اخلاصاں اندر، خاصاں دی گل کرنی
مٹھی کھیر پکا محمد، کتیاں اگے دھرنی

ترجمہ: خاص آدمیوں کے آگے کرنے والی بات عام لوگوں کے آگے مت
کرو، ورنہ محنت کر کے میٹھی کھیر بنا کر کتوں کے آگے ڈال دینے والی بات ہوتی ہے.

روحانی ترقی کو لوگوں سے چھپائیں. اگر آپ کو روحانیت میں ترقی ہونے لگ پڑتی ہے تو
اس کو لوگوں سے بچائیں، کیونکہ اس کی بہت سے وجوہات ہیں. پہلی بات یہ ہے کہ کوئی آپ کو
نظر بھی لگا سکتا ہے. پھر کافی لوگ ایسے ہیں جو روحانیت میں عرصے سے لگے ہوئے ہیں مگر ان کو
کچھ خاص نہ ملا، جب ان کو یہ معلوم ہوتا ہے کہ کوئی ان سے آگے نکل رہا ہے تو وہ اس کی ٹانگیں
کھینچتے ہیں، پھر ان میں کچھ ایسے لوگ بھی ہیں جو کہ دوسروں کی روحانیت چھیننے میں ہی لگے
رہتے ہیں. میں کچھ ایسے لوگوں کو جانتا ہوں بلکہ دو دفعہ میرے ساتھ بھی یہ حرکت ہو چکی ہے، یہ
میرے روحانیت کے شروع کے دنوں میں ہوئی ان کا ذکر روحانی تجربات کے باب میں ہے.

مگر ایسا کرنے والے کے پاس چھینی ہوئی طاقت کم ہی وقت رہا کرتی ہے، کہیں اور چلی
جاتی ہے. چوری کی ہوئی چیز کا اکثر یہی حال ہوتا ہے. ہر شخص دوسرے سے طاقت نہیں لے سکتا
عموماً اپنے سے کم طاقت والوں سے انرجی لی جا سکتی ہے.

روحانیت جس کے شروع کے دنوں میں اکثر ایسا ہوتا ہے کہ جیسے شاعر نے کہا ہے:

میں قرب دوستاں سے ہرگز منع نہ کرتا
جو تم مجھے نہ ڈستے میری آستیں میں پل کر

شروع روحانیت میں خطرہ آستین کے سانپوں سے ہی ہوتا ہے جن کو آپ راز کی باتیں
بتا دیں. بہر حال اس میں بھی ڈرنے والے یا وہمی کا ہی زیادہ نقصان ہوتا ہے. خانقاہی نظام کے
اصولوں پر عمل کریں. جو بھی علم خانقاہی نظام سے متعلق ملتا ہے اس پر عمل کرتے جائیں کیونکہ اگر
آپ ہر چیز میں خود تجربے کر کے ہی راستے بنائیں گے تو پھر زیادہ محنت صرف ہوگی اور بھٹکنے کے
امکانات بھی زیادہ ہیں. کوئی بھی سسٹم جا کر صدیوں میں مکمل ہوتا ہے. اسلام کا خانقاہی نظام بھی
تیرہ سو سال سے زیادہ پرانا ہے اس لیے اس پر عمل کرتے چلے جائیں.

اس سے باہر کے تقریباً سب اصول یہاں کتاب میں موجود ہیں. بے شمار روحانیت کی
کتابیں پڑھنے اور بہت سے روحانی لوگوں سے ملنے اور اپنے روحانی تجربات کے بعد یہ معلوم

ہوا کہ اچھا اخلاق لازمی ہوتا ہے، روحانیت کے لیے بہت لازمی روحانیت میں لوگوں کے
بارے میں مثبت طرز عمل اور ہمدردانہ سوچ رکھنے والا انسان بڑا جلدی ترقی کر جاتا ہے. حقوق
اللہ اور حقوق العباد کو پورا کرنا، رزق حلال کمانا، ہر حال میں سچ بولنا، مصیبت زدوں اور غریبوں
کی مدد کرنا اچھا اخلاق رکھنا، انصاف پسندی، عاجزی انکساری، ایسا کرنے سے سالک بڑی
جلدی آگے بڑھتا ہے. اس میں ترقی کے لئے لازم ترین چیز یہ ہے کہ آپ جو کچھ پانا چاہتے
ہیں خود کو اس کے قابل سمجھیں، اسے حوصلہ بھی کہہ سکتے ہیں. اگر خود کو اس قابل نہیں سمجھتے تو آپ
کو یہ چیزیں کبھی نہیں ملیں گی.

کرامات وغیرہ پر بھی یقین رکھیں تو پھر ہی وہ چیزیں آپ کو مل سکیں گی. بہت سے سالکوں
کے لیے سب سے بڑا مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ ان کو صحیح رہنما کم ہی مل پاتا ہے اور اس وجہ سے وہ شک
وشبے کا شکار رہتے ہیں اور ان کی روحانی ترقی رکی رہتی ہے. اسلام روحانیت میں خوابوں کا
کردار بہت اہم ہوتا ہے. حدیث پاک ہے کہ خواب نبوت کا چالیسواں حصہ ہوتا ہے.

اس میں کچھ سالکوں کو کوئی روحانی ہستی خوابوں میں آ جایا کرتی ہے جس سے ان کو کسی حد
تک (یا کافی حد تک) روحانی رہنمائی میسر ہو جاتی ہے. مگر یہ چند لوگوں کے ساتھ ہوتا ہے، وہ
بھی ان کے ساتھ جو اس پر یقین رکھتے ہیں. مگر بہت سے ایسے لوگ جو اس پر عقیدہ نہیں رکھتے،
وہ کہاں کہ سکتے ہیں) ہر وقت ہماری مدد، حفاظت اور رہنمائی کرنے میں لگی رہتی ہے. یہی
شخصیت خوابوں میں بہت سی دفعہ صورتیں بدل کر (آپ کے عقیدے کے مطابق) آپ کو
مختلف پیغام دیتی ہے. کبھی کبھی اس میں صرف آواز آیا کرتی ہے. خوابوں میں کبھی یہ شخصیت کسی
بزرگ کا روپ دھار لیتی ہے. لیکن اکثر آپ کے کسی غیر اہم سے دوست یا رشتہ داری کی صورت
میں آیا کرتی ہے. کبھی کبھی کوئی انجان آدمی خواب میں آپ کو کوئی اہم پیغام دے جاتا ہے.

خواب کے بجائے یہی شخصیت جاگتے میں بھی کہیں دوسری جگہ پر موجود ہو سکتی ہے، مگر ایسا
ہونا روحانی ترقی کے بعد ہی ممکن ہے. مغرب میں اس کی مثال مشہور شاعر لارڈ بائرن کی ہے کہ
اس کو ایک دفعہ یہ بتایا گیا کہ آپ تو اس وقت موجودہ جگہ پر بیٹھے ہیں مگر آپ تو دوسری فلاں جگہ
پر بھی موجود ہیں تو لارڈ بائرن نے مسکرا کر جواب دیا "مجھے امید ہے کہ میرا ڈبل (ہم ذات)
لوگوں کے ساتھ مہذبانہ انداز میں پیش آ رہا ہوگا."

اس میں یاد رکھنے والی بات یہ ہے کہ یہ شخصیت ہو سکتا ہے (اور اکثر ہوتا ہے) کہ خواب

میں ہر دفعہ مختلف آدمی کی شخصیت میں آئے۔ لیکن آپ نے زیادہ اہمیت اس بات کو دینی ہے کہ آپ کو کیا بات بتائی گئی ہے۔ اگر کوئی اہم بات ہے تو جس نے بھی بتائی ہے وہ صحیح ہے اور آپ کا پکا عقیدہ ہونا چاہیے کہ آپ کے خواب بالکل صحیح ہوا کرتے ہیں، اور خصوصاً ایسی کوئی بھی اہم بات جو بتائی جاتی ہے وہ سو فیصد صحیح ہوا کرتی ہے۔ اگر انسان کا یہ عقیدہ ہو جائے تو پھر کوئی بھی غلط خواب یا پیغام آ بھی جائے تو انسان جاگنے سے پہلے بھول جایا کرتا ہے، صرف صحیح پیغام اور خواب ہی یاد رہ جایا کرتے ہیں۔

شروع شروع میں مجھے خود اپنا خود مختلف سا عقیدہ ہونے کی وجہ سے خاصی الجھنیں رہیں بہت دفعہ خوابوں میں مختلف نامعلوم لوگ ایسے پیغام دے جاتے تھے اور میں پھر دوبارہ ان کا ہی انتظار کرتا رہتا تھا۔ مگر کچھ عرصے کے بعد پھر کوئی اہم پیغام اور آ کر دے جاتا تھا۔ کافی دنوں کے بعد اس چیز کا علم ہوا۔ پھر اس کی تصدیق بھی آس پاس کچھ روحانی لوگوں سے ہوئی۔ یہ بھی دیکھا کہ جو شخص کسی نئے عقیدے پر (خوابوں سے متعلق) یقین کرنا شروع کر دیتا تھا تو کچھ عرصے بعد اس کے خواب بھی نئے عقیدے کے مطابق ہو جایا کرتے تھے۔ جب کہ کافی لوگوں کے خواب قدرتی طور پر دوسروں سے زیادہ ایکٹو ہو جایا کرتا ہے اور اس کا سب سے پہلا اثر خوابوں کے سچے ہونے اور زیادہ آنے کی صورت میں ہوتا ہے۔ پھر بعد میں انسان کا کشف وغیرہ بھی مختلف صورتوں میں کام شروع کر دیتا ہے۔ پھر بعد میں انسان کا کشف وغیرہ بھی مختلف صورتوں میں کام شروع کر دیتا ہے۔ کچھ روحانی اور صحیح آیا کرتے ہیں۔ مگر روحانی ترقی کے بعد انسان کا لاشعور زیادہ ایکٹو ہو جایا کرتا ہے اور اس کا سب سے پہلا اثر خوابوں کے سچے ہونے اور زیادہ آنے کی صورت میں ہوتا ہے۔ پھر بعد میں انسان کا کشف وغیرہ بھی مختلف صورتوں میں کام شروع کر دیتا ہے۔ کچھ روحانی ترقی کے بعد بہت سے راستے مل جایا کرتے ہیں۔ ایسے ہی خوابوں میں کوئی قرآنی سورت بھی پڑھنے کا اشارہ ملتا ہے یا آپ خود کو اس میں وہ آیت کا ورد کرنا چاہئے۔ عام حالت میں آپ جب بھی کوئی نئی سورت، آیت یا ورد پڑھنا شروع کرتے ہیں تو اس کا اثر بھی آپ کے خوابوں پر پڑتا ہے۔ اگر آپ کے خواب بہتر اور واضح ہو جائیں تو اس کا مطلب ہے کہ آپ اچھی اور صحیح طرف جا رہے ہیں اور اگر کوئی غلط قسم کی چیزیں خواب میں آئیں یا کچھ لوگ آپ سے خواب میں غصے ہوں یا جھگڑیں تو آپ کی پڑھائی فی الوقت غلط ہو رہی ہے۔ اسی طرح خود پرانے یا پھٹے ہوئے لباس میں دیکھنا بھی اسی طرف اشارہ کرتا ہے۔

دودھ،، شہد یا صاف پانی وغیرہ دیکھنا روحانیت میں اچھا شگون ہوتا ہے۔ خواب میں باز یا شیر دیکھنے کا مطلب بہت زیادہ روحانی ترقی بھی ہوا کرتا ہے۔ یہ خواب بڑے ولی اللہ کو آیا کرتے ہیں اور روحانیت میں سرداری کا بتاتے ہیں۔ اسی طرح گھوڑے یا ہاتھی پر سواری کا مطلب بھی روحانیت میں خاصی ترقی ہے۔

اب چونکہ وقت بدل چکا ہے۔ اکثر لوگ خواب میں خود کو سائیکل، موٹر سائیکل یا کار وغیرہ پر سوار دیکھتے ہیں۔ اس میں سائیکل سے بھی بہتر ہوتی ہے۔ پھر نئی اور مہنگی کار کا مطلب سب سے زیادہ ترقی کا ہوتا ہے۔ اسی طرح بڑی اور چھوٹی موٹر سائیکل میں بھی فرق ہوتا ہے۔ نئی پڑھائی کے دنوں میں ان پر خاصی توجہ دیں۔ اگر آپ کوئی غلط پڑھائی یا ورد شروع کرتے ہیں یا کوئی اور غلطی کرتے ہیں تو ان دنوں آپ خود کو پیدل یا سائیکل پر سوار دیکھیں گے اسی طرح آپ نے دوسرے مطلب لینے ہیں۔ اپنا بڑا گھر دیکھنے کا مطلب بھی روحانی ترقی ہے اور چھوٹا یا ٹوٹا پھوٹا گھر دیکھنا خرابی کا بتاتا ہے۔ اسی طرح ہوا میں اڑنا روحانی ترقی کا نشان ہے۔ کسی چھوٹے بچے کا دیکھنا بھی کسی نئی روحانیت کا ملنا اور اس کا ابھی چھوٹا ہونے کی دلیل ہے، اور کسی جوان کو دیکھنا زیادہ روحانی طاقت کی نشانی ہے۔ زیادہ بڑے قد کا جوان دیکھنا مزید طاقت کی نشانی ہے۔ نئے وردوں اور روحانی اسباق کے دنوں میں اس پر زیادہ توجہ دیں۔ باقی مادی چیزوں کے لیے آپ کسی اچھے خواب نامے سے مدد لے سکتے ہیں۔

یہ بھی یاد رکھیں کہ ہر علاقے میں اور اکثر خاندانوں میں ایک یا دو زندہ ہستیاں ایسی ہوتی ہیں جو اپنے لوگوں کی روحانی مدد کرتی رہتی ہیں اور اکثر خواب میں آنے لگیں تو پھر ایک ہی شکل میں ہر دفعہ نظر آتے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ بعض اوقات خود انہیں بھی خبر نہیں ہوتی کہ ان کی اندرونی شخصیت ایسا کرتی ہے۔ زندہ روحانی ہستیوں کا اس طرح خواب میں آنا اکثر ہوا کرتا ہے اور ان کی ایک حد تک روحانی ترقی کے بعد شروع ہو جایا کرتا ہے۔ اس میں یہ یاد رکھیں کہ ان کو خود کا اس قابل مان لینا اس میں بڑا مددگار رہتا ہے، پھر ان کا یہ کام با آسانی ہوتا رہتا ہے۔



باب نمبر ۸

سوچ کی طاقت اور اس کا استعمال

ارتکاز توجہ (Concentration)

کنسنٹریشن کا مطلب توجہ کا ارتکاز کرنا ہے۔ دنیا میں روحانیت کے سبھی مکاتب فکر نے اپنی تعلیم کا بہت بڑا حصہ اسی کنسنٹریشن کو سمجھنے اور بڑھانے پر رکھا ہے۔ اس میں بنیادی طور پر ذہن سے باقی سب خیالات اور سوچوں کو نکال کر صرف مطلوبہ سوچ کو رکھنا کنسنٹریشن کہلاتا ہے۔ مراقبہ بھی اسی اصول کے تحت کیا جاتا ہے۔ کسی بھی قسم کی کامیابی کے لیے چاہے وہ روحانی ہو یا دنیاوی، کنسنٹریشن بہت بڑی مددگار ہے۔

اپنے پامسٹری کے شروع کے دنوں میں جب میں پامسٹ کیرو Chiero کی آپ بیتی پڑھ رہا تھا تو اس میں اس نے ایک چھوٹے سے تجرباتی آلہ کا ذکر کیا تھا اور ساتھ ہی اس کی تصویر بھی دی تھی۔ یہ آلہ انسان کی ذہنی طاقت اور کنسنٹریشن کا بتاتا تھا۔ جب کوئی آدمی اس پر توجہ سے دیکھتا تھا تو اس آلے کے ڈائل کی سوئی اس کی طاقت بتاتی تھی اور چل پڑتی تھی۔ جتنی زیادہ کسی کی ذہنی طاقت ور کنسنٹریشن ہوتی تھی اتنی ہی سوئی کو بہت اوپر تک گھمایا اور بڑی دیر تک رو کے رکھا تھا جو کہ اس کے ذہن کی بڑی طاقت کا بتاتا تھا۔ اس کے علاوہ تجربات میں ہر بڑے اور کامیاب آدمی میں دوسروں سے زیادہ طاقت کا مظاہرہ کیا۔ یہ بات بالکل صحیح ہے کہ ہر بڑے آدمی میں دوسروں سے زیادہ ذہنی طاقت اور ارتکاز توجہ ہوتی ہے۔ بہت سوں میں یہ پیدائشی طور پر موجود ہوتی ہے، گو عبادت اور ارتکاز توجہ کی مشقوں سے بڑی حد تک بڑھائی جا سکتی ہے۔ کتاب کے شروع میں بھی اس کا ذکر موجود ہے۔

کنسنٹریشن کے استعمال کی مثال آپ اس طرح لے لیں کہ سردیوں میں کمرے کو معمولی سا گرم کرنے میں جو توانائی صرف ہوتی ہے، اسی ایک نقطے پر مرکوز کر کے آپ باآسانی پتھر کی دیوار توڑ سکتے ہیں۔ عام لفظوں میں ارتکاز توجہ (Concentraition) کی کئی قسمیں ہیں۔ مثلاً ایک وقت میں ایک کام پر توجہ دینے کو بھی آپ کنسنٹریشن میں لے سکتے ہیں۔ دنیا میں کوئی بھی شخص اگر ایک ہی کام کے پیچھے پڑ جائے تو وہ آخر کار اس میں کامیاب ہو ہی جائے گا۔

ایک وقت میں مختلف کام پر توجہ دینے والے کسی بھی کام یا شغل میں زیادہ کامیابی نہیں حاصل کر سکتے۔ ایک دن اپنے بڑے بھائی کرنل ظفر سے میں ذکر کر رہا تھا کہ پاکستان عموماً درمیانی سوجھ بوجھ والے مالی طور پر دوسروں سے آگے چلے جاتے ہیں۔ ظفر صاحب نے بھی کہا کہ خود میں حیران ہوں کہ واقعی ایسا ہوتا ہے، آخر کیا وجہ ہے؟

وجہ یہ ہوتی ہے کہ جس آدمی میں دوسری کوئی قابلیت نہیں ہوتی، اس کی کوئی بات نہیں سنتا، کوئی اہمیت نہیں دیتا۔ اس شخص کا گزارا (Survival) اسی طرح ہوگا کہ پیسے کما کر اپنے آس پاس کے لوگوں میں اپنی اہمیت جتائے تا کہ وہ اس کی عزت کریں اور توجہ دیں۔ اب یہ شخص نہ اچھا بولنے والا ہے نہ اچھا سامع، باقی چیزوں میں بھی ڈھیلا ڈھالا ہے۔ وہ صرف ایک ہی چیز کے پیچھے پڑ جاتا ہے، پیسہ اور کاروبار۔ اور جو آدمی بھی ایک چیز کے پیچھے پڑ جائے وہ یہ پالیتا ہے۔ اگر آپ پیسے کے پیچھے پڑ گئے تو پیسہ پالیں گے، اگر علم کے پیچھے لگے تو علم، اور اللہ کی طرف رجوع کیا سب کچھ بھول کر تو اللہ کو بھی پالیں گے (قلندر کہہ رہا ہے لیکن پھر کریں گے کیا، یہ زیادہ تر کو پتہ نہیں)۔

اسی ایک چیز کے پیچھے پڑنے کو ہماری شاعری میں عشق کہا گیا ہے۔ اس میں پھر وہ سٹیج آجاتی ہے کہ ''رانجھا رانجھا کو کدیاں میں آپے رانجھا ہوئی''۔ جب یہ سٹیج آجائے تو انسان اللہ کو بھی پالیتا ہے۔ ایسا کرنے سے انسان ہر قسم کی کامیابی حاصل کر سکتا ہے۔ گو اس میں احتیاط ضروری ہے کہ آپ کسی عام اور وقتی چیز کے پیچھے پڑ کر وقت نہ ضائع کرتے رہیں۔ کیونکہ کئی دفعہ برسوں کی محنت کے بعد جب انسان اپنے سفید بال اور چہرے پر جھریاں دیکھتا ہے تو پھر اسے اپنی کمائی یا کرتوتوں پر افسوس ہوتا ہے۔

کنسنٹریشن میں جو آدمی ایک سوچ کو ذہن میں رکھ سکتا ہے، وہ شخص دوسرے کے دماغ پر بھی اثر انداز ہو سکتا ہے۔ ایسے لوگوں کی سوچ آہستہ آہستہ بہت طاقتور ہو جایا کرتی ہے وہ دوسروں کو اپنی مرضی کے کچھ کام بھی کروا سکتے ہیں، جیسے اگر وہ چاہیں تو دوسرے خاموش ہو جاتے ہیں یا کسی مطلوبہ موضوع پر بولنے لگ پڑتے ہیں وغیرہ وغیرہ۔ ہندو یوگا والوں اور بدھ سکولو (جیسے تبتی لامہ۔ جاپان کی Zen ٹریننگ) نے کنسنٹریشن بہتر کرنے اور بڑھانے کے بہت سے طریقے بیان کیے ہیں۔

ہماری عبادت میں بھی یہ اصول بڑا اہم ہے۔ آپ نے نماز میں باقی ہر قسم کی دنیاوی سوچ

کو ذہن سے نکال کر اپنی توجہ خانہ کعبہ یا اللہ کی طرف لگانی ہے۔ اسلامی روحانیت کے باب میں اس کی تفصیل موجود ہے۔ توجہ مرکوز کرنے کی سب سے آسان اور عملی ترکیب شمع بینی ہے۔ اس میں آپ ایک موم بتی روشن کرتے ہیں، موم بتی آپ سے کوئی دو فٹ دور اور اس کی اونچائی آپ کے چہرے سے تھوڑی کم ہونی چاہئے۔ آپ نے کرسی پر بیٹھ کر تین دفعہ گہرے سانس لینے ہیں، ہوا آپ کے پیٹ تک پہنچنی چاہئے۔ سانس تھوڑ دیر روک کر پھر منہ کے راستے آہستہ سے باہر نکالیں۔ ناک کے راستے سانس لیں اور منہ کے راستہ باہر نکالیں۔ تین دفعہ یہ کرنے کے بعد آپ موم بتی کی طرف دیکھنا شروع کریں۔ جہاں تک ہو سکے آنکھ نہ جھپکیں کچھ ماہرین کا یہ کہنا ہے کہ اگر 15 سیکنڈ تک آنکھ نہ جھپکی جائے تو انسان کے اندر کی حس جسے چھٹی حس بھی کہا جاتا ہے، کام کرنا شروع کر دیتی ہے۔

پہلے جب آپ موم بتی کی لو کو دیکھیں تو اپنے ذہن کو ہر قسم کی سوچ سے خالی کریں۔ شروع میں جب آپ ذہن کو خالی کرنا چاہیں گے تو ہر طرف سے سوچیں اس میں امنڈ پڑیں گی۔ لیکن آپ نے اپنی قوت ارادی استعمال کر کے ان سوچوں کو ذہن سے نکالنا ہے۔ کچھ دن کے بعد آپ لو کو دیکھیں گے تو آپ کے ذہن میں کوئی سوچ نہیں آئے گی۔ پھر آپ شمع بینی کا وقت تیس منٹ تک بڑھا سکتے ہیں۔

ایسی ورزش کرنے سے پہلے آپ تین بار سورہ فاتحہ پڑھ سکتے ہیں یا اتنی دفعہ ہی آیت الکرسی پڑھ لیا کریں، پھر توجہ آسانی سے مرکوز ہو جاتی ہے۔ جب آپ کا ذہن سوچوں سے خالی ہوتا ہے اور آپ کی کنسنٹریشن ڈیولیپ ہے تو پھر آپ کسی چیز یا واقعے کا سوچیں، اس کے بارے میں جو پہلی سوچ آئے گی وہ اس چیز کا نتیجہ ہوگی۔ مثلاً آپ یہ معلوم کرنا چاہتے ہیں کہ آپ کا بھائی امتحان میں پاس ہوگا یا نہیں، تو اگر آپ کو پہلی سوچ یہ آئی ہے کہ وہ پاس ہو جائے گا تو وہ پاس ہو جائے گا۔ پھر وقت اور تجربے کے ساتھ آپ کو یہ بھی معلوم ہوگا کہ وہ اچھے نمبر لے گا یا گزارا کرے گا (بہر حال آخر میں حالات معلوم کرنے کے طریقے کے باب میں ان کی تفصیل موجود ہے)۔

ایسا کرتے وقت آپ کو چاہئے کہ اپنی پسند ناپسند کو ایک طرف رکھ کر ذہن میں خود ہی سوچیں آنے دیں، تھوڑا صبر کا مظاہرہ کریں۔ پھر وقت آجاتا ہے کہ کسی کا سوچتے ہی اس کے بارے میں ساری معلومات خود ہی آنے لگ پڑتی ہیں۔ انسان کے اندر جتنی زیادہ روحانی انرجی

ہوتی ہے اتنی ہی زیادہ طاقتور سوچ کا مظاہرہ کرتا ہے اور طاقتور سوچ اس وقت تک صحیح طریقے سے کام نہیں کرتی جب تک انسان توجہ مرکوز (Concentration) کرنے میں کامیاب نہ ہوتا ہو، اسی طاقت کو مسمریزم (Hypnotism) میں بھی استعمال کیا جاتا ہے. دراصل ہم لوگ اپنی سوچوں کی توانائی ہر طرف فضول خرچ کرتے رہتے ہیں جسے میں زیادہ تر بول چال اور ہر طرح کی الٹی سیدھی سوچیں اس کا سب سے زیادہ حصہ لے جاتی ہیں. اس کے علاوہ اگر کوئی بھی کام کرتے ہیں تو ہم اس پر توجہ کم مرکوز کر پاتے ہیں. اس وقت بھی ہماری توانائی کا زیادہ حصہ دائیں بائیں دوسری سوچوں میں چلا جاتا ہے. اگر ہم یہ دوسری سوچیں روک کر ذہن کو اسی کام میں صحیح طرح سے متوجہ کرلیں تو ہم یہ کام عام حالت کی نسبت بہت بہتر طریقے سے کرتے ہیں. جب انسان اپنے ذہن کو اس ایک چیز پر مرکوز (Focus) کرتا ہے تو پھر انسان کی اندرونی شخصیت اور توانائی اس کی مددگار ہو جاتی ہے. وہ سب کام بہت بہتر طریقے سے کرنے کی اہلیت رکھتی ہے.

ہر کامیاب سائنس دان میں یہ اہلیت موجود ہوتی ہے. فنون لطیفہ (Art) میں اس طاقت کے بغیر کوئی بھی فنکار فن کی بلندیوں کو نہیں چھو سکتا. ہر اچھا اداکار فلم یا ڈرامے میں اپنا کردار کرتے وقت ہر دوسری سوچ کو ذہن سے نکال دیتا ہے. اس وقت فلم یا ڈرامے میں اپنا کردار کرتے وقت ہر دوسری سوچ کو ذہن سے نکال دیتا ہے. اس وقت فلم میں اسکا کردار اس کے لیے حقیقی دنیا کی طرح ہوتا ہے اور وہ اس میں پوری طرح ڈوب جاتا ہے، اور اس میں کامیاب بھی رہتا ہے. اس چیز کو آپ انسان کے ذہن کو Trance میں لے جانا کہہ سکتے ہیں. فنون لطیفہ میں ایسا کرنا ایک ضرورت ہوتی ہے، ہر اچھا شاعر اور لکھنے والا بھی یہ صلاحیت رکھتا ہے. خود کو Trance میں لے جانے کی صلاحیت نہ ہو تو ذہین سے ذہین اور قابل سے قابل فنکار بھی ناکام رہتا ہے.

ذہن ٹرانس Trance میں اسی وقت جاتا ہے جب انسان اپنے اندر سے دوسری سب غیر متعلقہ سوچوں کو نکال دے اور اپنی توجہ صرف اپنے ایک اسی کام کی طرف لے جائے. ایسا کرنے سے ہمارے شعور اور لاشعور میں پردہ اٹھ جاتا ہے اور ہمارا لاشعور ہماری مدد کو آجاتا ہے. کچھ لوگوں میں یہ قدرتی صلاحیت ہوتی ہے ورنہ مشق سے چیز پیدا ہو جاتی ہے اور بڑھتی رہتی ہے. گانے والا جب اس طرح کھو کر گاتا ہے تو آواز اندر سے نکلتی ہے اور اندر تک جاتی ہے. اس چیز کو مذہبی یا روحانی گانوں (قوالی وغیرہ) میں استعمال کیا جاتا ہے. آپ نصرت فتح علی خان کو غور سے سنیں تو آپ کو یہ کیفیت محسوس ہوگی. میں نے دنیا کے ہر بڑے گانے والے کی آواز میں یہ

چیز محسوس کی ہے. ذہن کو اپنے متعلقہ کام میں پوری طرح لگانا ہی دنیا کے ہر کام میں کامیابی کا ذریعہ ہے چاہے یہ فنون لطیفہ ہوں، سائنسی وکاروباری یا مذہبی معاملات ہوں یا کھیل کود سے متعلقہ ہوں. آجکل مغرب میں ہر بڑا اسپورٹس مین کسی نہ کسی طرح اس کی مشق کرتا ہے، ہر کامیاب اور بڑے آدمی کو اس چیز سے واسطہ ضرور پڑتا ہے. میرا اپنا یقین یہ کہتا ہے کہ ذہن کو ٹرانس میں لے جانا مستقبل میں ہماری تربیت کا سب سے اہم جزو ہوگا اور دنیا کے ہر اہم کام میں اس کی باقاعدہ مشق کرائی جائے گی.

مذہب بنیادی طور پر اسی چیز کی تربیت دیتا ہے. ہمیں نماز میں خشوع وخصوع کا کیوں کہا گیا ہے کہ ایسا کرنے سے ہی ہمیں توجہ مرکوز کرنے کی مشق ہوتی ہے اور پھر ہم ہر کام میں اسے کامیابی سے استعمال کر سکتے ہیں. نماز میں جوں جوں ہمیں اس میں کامیابی ہوتی ہے توں توں ہم لاشعور طور پر اس طاقت کو دوسرے کاموں میں استعمال کرنے لگ پڑتے ہیں. لیکن اگر ہم اس کو سمجھ لیں تو پھر ہمارے سب کام مزید بہتر طریقہ سے ہو سکتے ہیں، پھر ہم اسے شعوری طور پر بہتر طریقہ سے استعمال کر سکتے ہیں. ہر نمازی کو اس چیز پر غور کرنا چاہیے. وہ ذہن میں ایک سوچ رکھنے والی مشق کرے تو پھر اس کو مخفی چیزوں کا حال، لوگوں کے دلوں کا حال، سب کچھ معلوم ہونے لگ پڑتا ہے، اسے ان چیزوں کی فلم سی نظر آنے لگ پڑتی ہے.

انسانی دماغ میں جو صلاحیتیں موجود ہیں ہم ان کا صرف ایک تا دس فیصد ہی استعمال کرتے ہیں، ارتکاز توجہ سے ہم ان صلاحیتوں کو کئی گنا زیادہ استعمال کر سکتے ہیں. کچھ لوگ تو یہ بھی کہتے ہیں کہ سب کرامات ومعجزات انہیں مخفی صلاحیتوں صحیح طرح سے استعمال کرنے کا نام ہے. ان کے کہنے کے مطابق رسول پاک ﷺ نے اپنے دماغ کو 100 فیصد استعمال کیا تو شق القمر کا واقعہ ہو گیا یعنی چاند کو دو ٹکڑے کر دیا. ان کا کہنا غلط ہے معجزات کا تعلق ارتکاز توجہ سے بہت اونچا ہے.

اگر ہم اس کو مذہبی نظر سے دیکھیں تو ہم کہہ سکتے ہیں کہ پیغبروں میں یہ صلاحیت 100 فیصد موجود تھی اور وہ ان کی مرضی کے مطابق کام کرتی تھی، مگر دوسرے مذہبی لوگوں میں بھی اسی یا نوے فیصد تک کام کر سکتی ہے. ہر مذہب میں لوگوں نے اس کا کسی نہ کسی حد تک مظاہرہ کیا ہے. یہ صلاحیت یقین کامل Faith کے زیر کمان کام کرتی ہے، یعنی اس پر جتنا زیادہ یقین ہوگا اتنی صحیح اور طاقتور کام کرے گی. شک وشبہ دل میں آنے کی صورت میں یہ صلاحیتیں ختم طاقت موجود ہے کہ اگر وہ اسے استعمال کرے تو کرامات بآسانی کر سکتا ہے. جادو اسی صلاحیت کے استعمال

کی ایک غلط صورت ہے روحانی علاج اور دعا وغیرہ اس کی ایک اچھی صورت ہیں۔

کچھ مجذوبوں میں ایک صلاحیت ہوتی ہے، وہ جو بات کہہ دیتے ہیں وہ ہو جایا کرتی ہے دراصل یہ بھی کنسنٹریشن (سوچ کی طاقت) کی ایک صورت ہوتی ہے۔ مجھے ذاتی طور پر بھی اس کے بے شمار تجربے ہو چکے ہیں۔ ہماری منفی سوچیں اور یقین کا محدود پیمانہ ہی ان سب صلاحیتوں کو دبائے رکھتا ہے۔ جب ان چیزوں کا بوجھ اس پر سے اٹھ جاتا ہے تو انسانی ذہن اور روح میں چھپی سب صلاحیتیں باہر آ جاتی ہیں۔

ذاتی تجربے میں آیا ہے کہ ارتکاز توجہ (کنسنٹریشن) اس وقت بہتر ہوتی ہے جب انسان تروتازہ اور توانائی سے بھرپور ہوتا ہے، اس لیے پہلی بار اس کی ایسے وقت میں ہی مشق Try کریں۔ ویسے بھی عموماً جو چیز پہلی بار بہتر طریقے سے انسان کر لیتا ہے دماغ اس کی پروگرامنگ شروع کر دیتا ہے اور دوسری بار انسان اسے مزید بہتر طریقے سے کر لیتا ہے۔ ایسے ہی پہلی بار ناکامی کے بعد کئی لوگ دل چھوڑ جاتے ہیں اور انکا ذہن پہلی ناکامی کے بعد ناکامی کی پروگرامنگ کرنے لگ پڑتا ہے (دماغ کی پروگرامنگ میں اس کی تفصیل دیکھیں)۔

سوچ کی طاقت

ہر بڑے آدمی کی سوچ کی طاقت عام لوگوں سے زیادہ ہوتی ہے۔ جوں جوں انسان روحانیت میں ترقی کرتا ہے سوچ کی طاقت خود بخود ہی بڑھتی چلی جاتی ہے۔ سائنس دان تو یہ کہتے ہیں کہ سوچ کبھی نہیں مرتی۔ یہ کہیں نہ کہیں موجود رہتی ہے، وہ اس کو پکڑنے کے طریقے بھی سوچتے رہتے ہیں۔ دراصل سوچ کی اپنی وائبریشن Vibration ہوتی ہے جو خلا میں بھی سفر کرتی چلی جاتی ہے اور کمزور یا ختم نہیں ہوتی۔ مغربی دنیا کی روحانیت میں بنیاد ہی اس بات پر ہے کہ اپنے دماغ اور سوچ کی طاقت خود بخود ہی بڑھتی چلی جاتی ہے۔

سائنس دان تو یہ کہتے ہیں کہ سوچ کبھی نہیں مرتی۔ یہ کہیں نہ کہیں موجود رہتی ہے، وہ اس کو پکڑنے کے طریقے بھی سوچتے رہتے ہیں۔ دراصل سوچ کی اپنی وائبریشن ہوتی ہے جو خلا میں بھی سفر کرتی چلی جاتی ہے اور کمزور یا ختم نہیں ہوتی۔ مغربی دنیا کی روحانیت میں بنیاد ہی اس بات پر ہے کہ اپنے دماغ اور سوچ کی طاقت بڑھاؤ۔ عموماً دماغ زیادہ طاقتور ہونے کا مطلب سوچ کی زیادہ طاقت ہونا ہے۔ اسی کے لیے ارتکاز توجہ کی مشقیں کرائی جاتی ہیں۔ مشرق کی روحانیت بھی بڑی حد تک انہی راستوں پر چلتی ہے۔ ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی میں بھی آپ کی سوچ

کی طاقت ہی استعمال ہوتی ہے۔

Rasto Rasuly امریکن ہالینڈ اور قریبی ملکوں میں ایمسٹرڈیم میں رہنے والا ایک سادھو تھا اسٹیج پر لوگوں کے سامنے ہپناٹزم کا شو کرتا ہے۔ وہ ہالینڈ میں خاصا مشہور ہے۔ 1995ء میں مجھے اس کا ایک شو دیکھنے کا اتفاق ہوا، اس میں اس نے دو لڑکیوں کو ہپناٹائز کر کے کئی دلچسپ تماشے دکھلائے۔ ان میں سے ایک یہ بھی تھا کہ اس نے ایک لڑکی کے سامنے تقریباً ایک میٹر کے فاصلے پر ایک شیشے کا گلاس رکھ دیا۔ اب وہ اس لڑکی پوری طرح گہرا ہپناٹائز کر کے (Trance میں لے جا کر) کہتا ہے کہ تم اس گلاس کو یہاں سے ہی توڑ دو، چاہے اس پر آسمانی بجلی گراؤ، چاہے دماغی طاقت سے کرو یہ ٹوٹنا چاہئے۔ تقریباً دو منٹ کے بعد بغیر کوئی چیز استعمال کئے اور بغیر ہاتھ لگائے وہ گلاس ٹکڑے ٹکڑے ہو گیا۔

یہ انسان کی دماغی طاقت کے استعمال کی ایک مثال ہے۔ گو بڑی معمولی سی مثال ہے۔ لندن میں ایک اسرائیلی یوری گلیلر اپنے دماغ کی طاقت سے چمچے ٹیڑھے کرتا ہے۔ 1980ء کے قریب اس نے ایک دن BBC ٹیلی ویژن پر یہی شو کیا۔ یہ شو ڈائریکٹ دکھایا جا رہا تھا۔ اس نے سب دیکھنے والوں سے کہا کہ آپ لوگ بھی اپنے گھروں میں چمچیں، کانٹے وغیرہ سامنے رکھ کر بیٹھ جائیں اور ان پر توجہ کریں، وہ ٹیڑھے ہو جائیں گے۔ اس کے بعد خود اپنے سامنے موجود چمچ کو بغیر ہاتھ لگائے دماغی طاقت سے ٹیڑھا کرنا شروع کر دیا۔

اس وقت انگلینڈ میں سینکڑوں لوگوں کے گھروں میں ان کے سامنے رکھے ہوئے چمچے اور چھریاں ٹیڑھی ہو گئیں سینکڑوں لوگوں نے BBC ٹی وی سٹیشن پر فون کر کے یہ بتایا۔ یوری گلیلر دماغی طاقت سے خراب شدہ گھڑیاں بھی ٹھیک کرتا ہے۔

یہ کیا ہے یہ دماغی طاقت کے استعمال کی ایک صورت ہے۔ بعد میں سائنس دانوں نے تجربات کئے تو معلوم ہوا کہ تقریباً دس فیصد لوگ سوچ کی طاقت سے لوہا ٹیڑھا کر لیتے ہیں۔ پیغمبروں میں حضرت داؤد نے سب سے پہلے ایسے ہی کر کے دکھایا تھا لوہا ان کے ہاتھ میں موم ہو جاتا تھا وہ اس کی زرہ بکتر بنا کر بیچا کرتے تھے اور اس سے کھانا خرید کر کھایا کرتے تھے۔ سب پیغمبر ایک استاد تھے انہوں نے معجزات دکھا کر یہ بھی بتایا کہ انسان کے اندر یہ صلاحیتیں موجود ہیں ان کو ڈھونڈو اور استعمال کرو۔ مغرب کے سائنسدانوں اور Metaphysics کے تجربات کرنے والے بہت سے لوگوں نے ایسی صلاحیتیں معلوم کرنے کے بے شمار تجربے کئے۔ میں ایک

ایسی ہی کتاب پڑھ رہا تھا اس میں ایک بچے کا بھی ذکر کیا گیا تھا جو کہ ایک ہاتھ سے لوہے کی چیز جسم کے دوسری طرف پھینکتا تھا تو وہ چیز دو ٹکڑے ہو جاتی تھی۔

صوفیا کی کرامات اسی طاقت کا کام ہوتا ہے۔ ہر انسان کی سوچ کی طاقت مختلف ہوتی ہے کچھ لوگوں میں قدرتی طور پر طاقت دوسروں سے زیادہ ہوتی ہے کئی لوگوں میں یہ طاقت اتنی زیادہ ہوتی ہے کہ وہ آس پاس کے سب لوگوں کی سوچ پر حاوی ہو جاتے ہیں۔ ہمارے ملک میں اس کی ایک مثال نظر لگانے کی صورت ہے پاکستان میں ہر برداری میں کوئی نہ کوئی ایسا مرد یا عوت ہوتے ہیں جن کے بارے میں مشہور ہوتا ہے کہ ان کی نظر بڑی بری ہے۔ ہماری سوچ اگر طاقتور ہے تو پھر ہر چیز ہمارے پاس ہمارے سوچنے اور خواہش کرتے ہی آنے لگ پڑتی ہے اپنی اس سوچ کی طاقت کو ہم اپنی متضاد سوچوں Controversial Thouthts کے ذریعے کس طرح کمزور کرتے اور اس کا اثر ختم کرتے ہیں اس کے لیے کتاب کا مختصر جائزہ کا باب دیکھیں جو کتاب کے آخر میں ہے۔ سوچ اگر مستقل رکھی جائے تو پھر یہ سوچ مادے میں بھی ڈھل جاتی ہے یعنی تخلیق مادہ کا سبب بن جاتی مختلف لوگوں کی اکٹھی سوچیں United Thoughts اس معاملے میں زیادہ طاقتور سوچ اگر کچھ عرصہ لگاتار ذہن میں رکھی جائے تو یہ مادے میں بھی تبدیل ہو جاتی ہے اس موضوع پر انشاء اللہ پھر کسی دوسری کتاب میں بات ہوگی۔

میں خود ایک فوجی فیملی کا فرد ہوں شروع میں مجھے یہ باتیں وہم معلوم ہوتی تھیں۔ اسلام کی روحانیت میں میرا سفر 1990ء کے بعد شروع ہوا بلکہ درحقیت 1995ء میں اصلی سفر کی ابتدا ہوئی۔ پھر پتہ چلا کہ یہ ایک حقیقت ہے کہ ایک کی سوچ دوسرے پر حاوی ہوتی ہے۔ مجھے خود 1992ء سے عجیب وغریب تجربے ہونے شروع ہوئے آگے باب اپنے کچھ روحانی تجربات و واقعات میں اس کا کچھ ذکر موجود ہے۔ یہاں پر میں سوچ کی طاقت سے متعلق دو ذاتی واقعات بیان کرتا ہوں۔

یہ ایمسٹرڈیم، ہالینڈ میں 1996ء کے شروع کی بات ہے مجھے پچھلے تین چار سال سے سچے خواب آیا کرتے تھے، میری امی جان کو بچپن سے ہی سچے خواب آیا کرتے ہیں۔ خود مجھے ان خوابوں میں جو واقعات معلوم ہوتے تھے وہی چیز چند دنوں کے بعد حقیقت میں ہو جایا کرتی تھی۔ مجھے اس میں ایسی باتیں بھی معلوم ہوتی تھیں جن کا ویسے معلوم ہونا بڑا مشکل ہوتا تھا۔ اس میں ایک دن میں نے خواب دیکھا کہ میں پاکستان میں اپنے کسی نئے بنائے ہوئے گھر میں کھڑا

ہوں۔ میری نظر ایک طرف امی جان پر پڑتی ہے، وہ اس گھر کی دوسری منزل پر باہر بنے ہوئے شیڈ پر کھڑی کسی سوچ میں گم ہیں۔ اس شیڈ کی زمین سے اونچائی کوئی بارہ چودہ فٹ ہوگی۔ مجھے یہ خیال آیا ہے کہ ہوسکتا ہے ان کو چکر آئے اور وہ نیچے گر جائیں (ظاہر ہے اتنی بلندی سے بے ہوش انسان کے گرنے کا نتیجہ آپ کو معلوم ہی ہوگا)۔ میرے ذہن میں یہ خیال آیا اور اس کے ساتھ ہی کانوں میں ایک آواز آئی کہ قمر تمہاری سوچ اتنی طاقتور ہو چکی ہے کہ اگر تم یہ سوچو گے کہ تمہاری امی نیچے گر رہی ہیں، تو وہ نیچے گر جائیں گی۔

یہ آواز سنتے ہی میں اپنی سوچ روک لیتا ہوں اور پھر دیکھتا ہوں کہ امی جان وہاں ہی بخیریت اسی طرح کھڑی ہیں۔ اس کے بعد میرا خواب تبدیل ہو جاتا ہے اور کچھ اور دیکھنا شروع کر دیتا ہوں۔ تیسرے دن دوپہر پاکستان سے ابا جان نے ایمرجنسی قسم کا ٹیلی فون کیا کہ قمر فوراً پہلی فلائٹ پکڑو اور پاکستان چلے آؤ تمہاری امی بے ہوش Faint ہو گئی ہیں۔ ڈاکٹروں کو کچھ سمجھ نہیں آرہی، حالت نازک ہے، فوراً پہنچو۔ جونہی میں نے فون نیچے رکھا مجھے اچانک خواب یاد آیا اپنے پچھلے تین چار سال میں ایسے کافی تجربات ہو چکے تھے اور مجھے معلوم تھا کہ خواب میں صحیح بات بتائی گئی اور اشارہ دیا گیا تھا۔ میں نے فوراً واپس فون کیا۔ ابا جان سے کہا کہ میں پہلی فلائٹ سے آرہا ہوں مگر آپ فکر نہ کریں، مجھے معلوم ہے امی جان کو کچھ نہیں ہوگا۔ خود میں نے ذہن میں بٹھا لیا کہ امی جان صحیح ہو چکی ہیں۔

مجھے اگلے دو دن پاکستان کی کوئی فلائٹ نہ مل سکی، مگر امی جان دوسرے دن بالکل صحیح ہو گئی تھیں۔ ڈاکٹر کچھ نہ بتا سکے، مگر یہ دراصل پرانا ذہنی صدمہ تھا جس کا اب اثر ہوا تھا۔ اگر مجھے اس کا اشارہ نہ مل چکا ہوتا تو خدا معلوم کیا نتیجہ نکلتا۔ پھر 1997ء میں میری ایمسٹرڈیم میں ٹیلی فون کے پچھلے حصے کی سینگ بار Take Away ٹھیکے پر گوجرانوالہ کے ایک پاکستانی اکبر نے لے لی۔ اکبر کا تقریباً چھ ماہ کا بچہ تھا۔ ایک دن بھابی اپنے بچے کے ساتھ سینک بار میں آئیں۔ میں نے یہ بچہ پہلی بار دیکھا تھا، اس لیے ذرا غور سے دیکھا اور مجھے محسوس ہوا کہ یہ سخت مزاج ہوگا۔ میں نے اکبر سے ہنستے ہوئے یہ بات پنجابی میں کہی "ساڈا بھتر یاتے بڑا اڈا (سخت مزاج) ہوسی" اکبر نے تقریباً دو ہفتے کے بعد سینک بار چھوڑ دی مگر ملنے آتا رہتا تھا۔ اس بات کے ہونے کے مہینہ ڈیڑھ بعد ایک دن وہ کہنے لگا کہ پیر جی (یہ پیر جی کا دم چھلہ 94 سے لگا ہے، پہلے پاکستانی قمر پہلوان کے نام سے جانتے تھے) جس دن سے آپ نے میرے بیٹے کو وہ بات کہی ہے وہ بڑا

ضدی سا ہو گیا ہے، اگر کوئی چیز وہ لینا چاہے اور اس کو نہ ملے تو ضد کرنے اور دانت پیسنے لگ پڑتا ہے، پہلے ایسا نہیں کرتا تھا۔

میں اکبر کو کیا جواب دیتا، دل میں یہی کہا کہ اب زیادہ محتاط ہونا پڑے گا۔ پرانے وقتوں میں نومولود بچوں کو غیر لوگوں سے بچایا جاتا تھا، اچھے شریف لوگوں کی گھٹی دی جاتی تھی۔ بچے کے کان میں پہلی اذان دینے کے پیچھے ایک یہ فلاسفی بھی کارفرما ہے۔ بلکہ مغرب میں حاملہ عورتیں اپنے سے باتیں بھی کرتی رہتی ہیں۔ پاکستان میں سوچ کی طاقت کی کئی مثالیں آپ دیکھ سکتے ہیں۔ عام لوگوں میں کئی کالی زبان والے مشہور ہوتے ہیں، یہ بھی جو بات کردیں عموماً ہو جاتی ہے۔ شروع شروع میں اتفاقاً ایسا ہو جاتا ہے، پھر جوں جوں ان کا یقین اس صلاحیت پر بڑھتا ہے یہ صلاحیت بڑھتی جاتی ہے اور جوں جوں لوگ ان سے ڈرنے اور امپریس ہونے لگ پڑیں وہ زیادہ آسانی سے متاثر ہو جاتے ہیں۔

یہ ایک حقیقت ہے کہ سوچیں کنٹرول کرنا ہی سب فلاسفی اور روحانیت کی بنیاد ہے۔ انہیں کنٹرول کئے بغیر انسان اپنی صلاحیتوں کو نہ صحیح بڑھا سکتا ہے نہ صحیح استعمال کر سکتا ہے۔ دماغ کا زیادہ رفتار سے چلنا یعنی ایک کے بعد دوسری سوچ کا جلدی جلدی آنا پھر تیسری کا اچھا نہیں ہوتا۔ اس حالت میں انسان نہ صحیح فیصلہ کر سکتا ہے نہ پرسکون ہوتا ہے۔ کشف اور الہام بھی دماغ کی آہستہ رفتار میں ہی آتا ہے، جب انسان کا ذہن پرسکون ہو تو اسے پکڑ سکتا ہے ورنہ اسے پہچان ہی نہیں سکتا۔

ایسے ہی دماغ کا بہت ہی آہستہ رفتار سے چلنا یعنی ایک ہی سوچ پر جمے رہنا بھی ٹھیک نہیں، انسان کو چاہئے کہ اسے درمیانہ رفتار میں رکھے اور اسے کنٹرول کرنا سیکھے۔ سوچ کی طاقت بڑھانے کے کئی طریقے ہیں۔ لیکن اپنی سوچ کو آپ صرف ارتکاز توجہ Concenteration کے ذریعے ہی صحیح استعمال کر سکتے ہیں۔ کنسنٹریشن سیکھنے کے بہت سے طریقے ہیں۔ جن میں سب سے آسان اور عام فہم شمع بینی ہے۔ دوسری اہم بات یہ ہے کہ پرسکون حالت میں (یعنی Relax) آدمی کا ذہن ہی طاقتور ہوتا ہے۔ ہر وقت ریلیکس رہنے والا آدمی اگر مشق کرے تو اپنی سوچ سے دیوار بھی توڑ سکتا ہے، لیکن تھوڑے سے شروع کرے پھر آگے بڑھے۔ پرسکون حالت میں رہنا اس میں بہت بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے۔ روحانی علاج میں بھی اہم حصہ سوچ کی طاقت کا ہوتا ہے، روحانی علاج کے باب میں اس کی تفصیل دیکھیں۔

مجھے ایک آدمی سلیم سے ملنے کا اتفاق ہوا جس کی عمر کوئی 60 سال ہوگی پکا رنگ، سفید باریک بال طوطے جیسی ناک، پتلا جسم، درمیانہ قد، کلین شیو تھا، باتیں بہت کم کرتا تھا۔ مجھے یہ لاہور میں کوئی 1991ء میں ملا، وہ ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی نما چیزیں کرتا رہتا تھا۔ اس کے علاوہ وہ بہت اچھا حکیم تھا۔ وہ لاہور کے ایک خاصے مشہور عامل کے ساتھ کام کرتا رہا تھا۔ سلیم میں یہ صلاحیت تھی کہ وہ کسی فوٹو کو سامنے رکھ کر اسے کوئی حکم دیتا رہتا تھا مثلاً اپنی بیٹی کی شادی جو لوگ رشتہ مانگ رہے ہیں وہاں ہاں کردو، وغیرہ وغیرہ۔ اسی طرح کے مسائل ہوتے تھے، 70-80 فیصد لوگوں کے کام ہو جاتے تھے۔ عامل اسے ایک فوٹو کے پانچ سو روپے دیا کرتا تھا جبکہ خود 2500 روپے رکھا کرتا تھا۔ مجھے شروع میں اسکی بات عجیب لگی لیکن بعد میں معلوم ہوا کہ وہ صحیح کہتا تھا۔ اس کے ساتھیوں نے بھی اس کی گواہی دی۔ وہ اور اس کے ساتھی لاہور کے مشہور پاک ٹی ہاؤس انارکلی میں بیٹھا کرتے تھے، اب بھی وہاں آتے جاتے ہیں۔

سلیم نے اپنا ایک واقعہ سنایا کہ وہ ایک دن دھرم پورہ نہر کے کنارے بیٹھا تھا، نہر غالباً ان دنوں بند تھی۔ اس نے وہاں ایک تقریباً 55 سالہ شخص دیکھا جو کہ نیم پاگل سا لگتا تھا اور وہاں ہی آگے پیچھے پھرتا رہتا تھا۔ کبھی کوئی کاغذ اٹھا کر اس پر کچھ لکھنے لگ پڑتا تھا اور اسی طرح کی حرکتیں کرتا رہتا تھا۔ سلیم ایک دن فارغ نہر کے کنارے بیٹھا اس سرپھرے شخص کو دیکھ رہا تھا۔ اس وقت اس شخص نے نہر کے کنارے سڑک پر کھڑی ایک سوزوکی پک اپ کی طرف اشارہ کیا اور کہا ''اے گاڑی ہم تجھے حکم دیتے ہیں چل پڑ، چل پڑ، چل پڑ''۔ اس نے ٹھہر ٹھہر کر تین دفعہ اس لفظ کو دہرایا۔ تیسری بار کہتے ہی وہ سوزوکی آگے کو لڑھکنے لگی، یعنی چل پڑی۔ سوزوکی کا ڈرائیور کہیں پاس ہی دوکانوں میں کھڑا تھا وہ بھاگ کر آیا اور گاڑی کی ہیڈ بریک لگا کر اسے کھڑا کر دیا۔ پیچھے سے دوکانداروں وغیرہ نے اس پر فقرے کسے کہ کیسے ڈرائیور ہو، گاڑی بغیر ہینڈ بریک کے کھڑی کر دی وغیرہ۔

ڈرائیور کہنے لگا نہیں میں نے ہینڈ بریک لگائی تھی۔ دوسرے سب ہنسنے لگ پڑے کہ اگر لگائی تھی تو گاڑی کیسے چل پڑی۔ خیر وہ اپنی باتوں میں لگے تھے۔ سلیم کہتا ہے کہ میں یہ سوچنے لگ پڑا کہ یہ گاڑی کیسے چل پڑی۔ جہاں گاڑی کھڑی تھی وہ جگہ بظاہر سیدھی لگتی تھی، گاڑی کے آگے لڑھکنے کا امکان نہیں تھا اور اگر وہ جگہ تھوڑی بہت ڈھلوان تھی تو پھر بھی گاڑی اس وقت ہی کیوں چلی جب اس بوڑھے نے کہا۔ ہینڈ بریک کھل سکتی ہے، لیکن کیا اسے اسی وقت کھلنا تھا جب

بوڑھے نے یہ الفاظ کہے. سلیم بوڑھے کے پاس پہنچ کر اس سے بات کرنے لگا، بوڑھا اپنے کام میں لگا رہا. اس نے زیادہ بات کی تو بوڑھے نے اسے دھتکار دیا. وہ دوسرے دن پھر وہاں اسی بوڑھے کے پاس آیا، بوڑھے نے پھر کوئی توجہ نہ دی. دو تین دنوں کے بعد ایک دن وہ بوڑھا مصروف تھا، کسی کاغذ پر کچھ لکھ رہا تھا. سلیم چپکے سے اس کے پیچھے پہنچ گیا کہ دیکھوں یہ کیا لکھ رہا تھا. اس کا خیال تھا کہ بوڑھے نے اسے نہیں دیکھا لیکن اسے کے پہنچتے ہی بوڑھا بغیر مڑے بولا ''کیا چاہتے ہو مجھ سے''. سلیم چپ رہا کہ یہ شاید کسی اور کو پاگل پن میں مخاطب ہے، لیکن بوڑھے نے پھر کہا ''کیوں میرے پیچھے پڑے ہو'' اب سلیم کو پتہ چل گیا کہ وہ اس ہی سے مخاطب ہے.

اس نے کہا مجھے بھی کچھ دے دیں، بوڑھا بولا کہ کیا دے دوں تمہیں. سلیم نے کہا ''تھوڑا کرم کر دیں، آپ پہنچے ہوئے ہیں'' جب سلیم بضد رہا تو بوڑھا اس سے تھوڑا مانوس ہو گیا، ایک دو باتیں کیں اور پھر وہاں سے چلا گیا. سلیم اسے اگلے کچھ دن جا کر ملتا رہا. ایک دن بوڑھے نے کاغذ پر کچھ لکھا اور سلیم سے کہنے لگا کہ یہ چاہتے ہو یا لاکھ روپیہ. سلیم نے کہا لاکھ روپیہ کیسے مل سکتا ہے. بوڑھا بولا ''یہ آیت کریمہ لکھی ہے اسے لے لو، دو تین دن کے بعد ایک آدمی آئے گا اسے یہ کاغذ دے دینا وہ تمہیں ایک لاکھ روپیہ دے دے گا''. سلیم نے کہا نہیں مجھے یہ آیت کریمہ چاہئے ہے (جو کہ اس طرح ہے "لاالہ الاانت سبحنک انی کنت من الظلمین') بوڑھے نے سلیم کو ہدایت کی کہ اسے اندھیری جگہ بیٹھ کر غالباً 3 ہزار دفعہ روزانہ 31 دن تک پڑھنا ہے اور شام کے وقت عصر کے بعد پڑھنا ہے.

سلیم شاہی قلعے میں ایک اندھیرے کمرے میں ہر روز شام کو بیٹھ کر پڑھنے لگ پڑا. جب پڑھتے پڑھتے تقریباً دو ہفتے گزرے تو اسے ایک دن دیواروں کے پار نظر آنے لگ پڑا. سلیم گھبرا گیا کہ یہ کیا چکر ہے، نیچے سے دیکھتا تھا تو اسے چھتوں پر بیٹھے اور چلتے لوگ نظر آتے تھے. اس نے گھبرا کر چلہ چھوڑ دیا. یہ کیفیت یعنی دیواروں کے پار نظر آنا تقریباً تین دن رہی پھر ختم ہو گئی کیونکہ چلہ ادھورا چھوڑ دیا تھا. اس نے پھر بوڑھے کو تلاش کیا لیکن بوڑھا اسے پھر نہیں ملا. سلیم کے کہنے کے مطابق جب اس نے دیواروں کے پار دیکھنا شروع کیا تو ان دنوں میں اسے شاہی قلعے میں ایک جگہ دیوار میں ایک مرتبان سا نظر آیا جو وہاں چھپایا گیا تھا، اس میں سکے تھے. پھر اسے ایک کمرے میں بڑا سا صندوق نظر آیا جو کہ دیوار کے پیچھے چھپایا گیا تھا، اس صندوق میں

کوئی قیمتی چیزیں خزانہ وغیرہ تھا.

جن دنوں میری سلیم سے ملاقات ہوئی وہ یہ چیزیں کوئی چار سال پہلے دیکھ چکا تھا. بلکہ اس کا ذکر اپنے کئی دوستوں سے بھی کر چکا تھا. جس وقت اس نے مجھے یہ بات بتائی اس وقت اس کی بتائی ہوئی جگہ کے پاس ایک ملنگ نما آدمی ڈیرہ جما چکا تھا. اس آدمی کے کہنے کے مطابق اسے خواب میں داتا صاحب کی قبر کی جگہ معلوم ہوئی یا داتا صاحب نے خود بتائی. یہ وہی جگہ تھی جہاں سلیم نے صندوق دیکھا تھا. پتہ نہیں اس آدمی کو کوئی خواب آیا تھا یا سلیم کی کہی ہوئی بات پہنچ گئی تھی. بہر حال اب لاہور میں بہت سے لوگ اس بات کو سن چکے ہیں کہ داتا صاحب کی قبر شاہی قلعے میں ہے اور داتا صاحب اصل میں اپنے مزار والی جگہ پر نہیں بلکہ وہاں پر دفن ہیں.

پتہ نہیں اس شخص کو داتا صاحب کی خبر ملی ہے یا خزانے کی، ایک خبر ضرور ہے. سلیم فاصلے پر دیکھنے اور ٹیلی پیتھی قسم کی مشقیں بھی کرتا رہا تھا. ہم ایک دن انجینئرنگ یونیورسٹی مغل پورہ کے ہوسٹل میں بیٹھے ہوئے تھے، وہ بتانے لگا کہ اگر کوئی توجہ مرکوز کر کے دوسرے کو کوئی حکم دے تو دوسرا اس پر عمل کرے گا. مثال کے طور پر اس نے بتایا کہ ایک دن ہم ہوسٹل کے اسی کمرے میں بیٹھے تھے (یہ کمرہ اس گروپ کے پاس پچھلے چار پانچ برس سے تھا حالانکہ جس لڑکے کے پاس تھا وہ فارغ التحصیل ہو چکا تھا لیکن قبضہ گروپ بن کر وہاں مفت رہ رہا تھا. انجینئرنگ یونیورسٹی میں موجود اس کے دوست اور دوسرے قبضہ گروپ والے اس کی مدد کیا کرتے تھے. انجینئرنگ یونیورسٹی میں ہوسٹل کے ایک چوتھائی کمروں پر اسی طرح پرانے طالب علموں کا قبضہ تھا. کمرے میں رہنے والا لڑکا اور دو اور دوست بیٹھے گرمی کی دوپہر گزارنے کے لیے تاش کھیل رہے تھے کہ ان کا ایک اور دوست وہاں آیا (میں بھی اسے جانتا تھا گو نام اب یاد نہیں رہا) وہ پاس لیٹ کر سو گیا. وہ ہر وقت سگریٹ پیتا رہتا تھا. سلیم نے توجہ مرکوز کر کے اس سے کہا کہ اب تم سگریٹ نہیں پیو گے، اگر پیو گے تو تمہیں اس میں سے فلاں گندی بو آئے گی. یہ کہہ کر وہ پھر تاش کھیلنے لگ پڑے. سویا ہوا لڑکا کوئی آدھے گھنٹے کے بعد جاگا اور جاگتے ہی عادت کے مطابق سگریٹ جیب سے نکال کر سلگایا، مگر کش لگاتے ہی اسے بجھا کر سائیڈ پر پھینک دیا. پھر دوسرا سگریٹ سلگایا، کش لگاتے ہی گالی دے کر اسے بجھا دیا. اس کے بعد جیب سے سگریٹ کی ڈبیا نکالی اسے مروڑ کر ایک طرف ڈبے میں پھینک دی.

دوسروں نے اس سے گالی دینے اور ڈبی مروڑنے کی وجہ پوچھی تو دوکانداروں کو گالی دیکر

کہنے لگا کہ وہ پرانے سگریٹ بیچتے ہیں۔ کسی نے کہا ''کیا سگریٹ بھی پرانے ہوتے ہیں'' وہ لڑکا کہنے لگا ''ہاں، اوران میں سے تو بو بھی آ رہی ہے''۔ خیر سب ہنسے اور اپنے کھیل میں لگ پڑے لیکن اس لڑکے کو سگریٹوں میں سے بو دو تین ماہ آتی رہی۔ سلیم کی اس بات کی گواہی کرے والے نے بھی دی جو کہ اب ڈگری حاصل کر کے نوکری کی تلاش میں تھا۔ سلیم نے چند ایک اور واقعے مجھے سنائے اور یہ طریقہ بتایا کہ تم مراقبے میں بیٹھ کر یہ تصور کرو کہ تمہارے ماتھے سے ایک روشنی کی لکیر نکل رہی ہے، یہ لکیر تم جس جگہ پر کچھ دیکھنا چاہتے ہو اس طرف سڑک کے اوپر کافی اونچائی میں جا رہی ہے، تم اس کے ساتھ ساتھ جا رہے ہو، پھر تم وہاں پہنچ جاؤ گے اور وہاں پر موجود سب چیزیں بھی دیکھ سکو گے۔

خیر میں اس قسم کی کئی مشقیں پہلے بھی کر چکا تھا جو نا کام رہی تھیں۔ پھر ایک دن سلیم نے مجھے ساتھ لیا اور شاہی قلعے میں لے گیا، وہاں ایک لان میں جا کر بیٹھ گئے۔ وہ ادھر ادھر دیکھ کر کہنے لگا کہ وہ جو لڑکا بیٹھا ہوا ہے یہ اچھا معمول بن سکتا ہے۔ تم اس کی طرف دیکھ کر توجہ مرکوز کرو اور اسے ذہن میں حکم دو کہ وہ اپنا کان کھجائے۔ وہ لڑکا ہم سے کوئی بیس فٹ کے فاصلے پر بیٹھا ہو گا۔ میں نے توجہ اس کی طرف مرکوز کی اور ایسے ہی کرنے کی کوشش کی، سات آٹھ منٹ کی کوشش کے باوجود کوئی نتیجہ نہ نکلا۔ سلیم مجھے لے کر پھر آگے اور جگہ پر چلا گیا، وہاں ایک اور آدمی کی طرف اشارہ کیا کہ اس پر توجہ مرکوز کر کے یہی کوشش کرو۔ میں نے یہ کیا، لیکن آٹھ دس منٹ کے بعد بھی اس آدمی پر کچھ ردعمل (ری ایکشن) نہ ہوا۔ پھر ہم قلعے کی سیر کر کے واپس آ گئے۔ اس کے بعد اکیلے میں بھی میں نے یہ مشق جاری رکھی 20-25 بار ایسا کرنے کے بعد اس میں کچھ کامیابی ہونے لگ پڑی، پھر تقریباً آدھے لوگ اپنا کام یا ناک کھجانے لگ پڑتے تھے۔

کئی دفعہ دیکھا کہ جس شخص پر میں توجہ مرکوز کرتا تھا اس کے بجائے اس کے پاس کھڑا کوئی دوسرا آدمی اپنا کان کھجانے لگتا تھا۔ بلکہ کئی دفعہ مجھے خود اپنے کان اور ناک میں خارش ہونے لگ پڑی اور دوسرے معمول کے بجائے مجھے خود کو کھجانے پڑا۔ پھر میں نے یہ مشق چھوڑ دی۔

بعد میں یہ تجربہ بڑی آسانی سے ہونے لگ پڑا۔ بہر حال میں ان مشقوں کا پہلے سن چکا تھا اور کچھ واقف لوگوں کو ان میں کامیابی بھی ہو چکی تھی۔ خیر یہ شروع روحانیت کی بات ہے، بعد میں عجب وغریب تجربات ہوئے جن میں سے کچھ کا ذکر اسلام کی روحانیت اور روحانی علاج کے باب میں موجود ہے۔ دیواروں کے پار دیکھنے کا واقعہ ایک دن میرے ابا جان کرنل اقبال

صاحب نے بھی سنایا کہ ان کا ایک واقف فوجی افسر تھا، وہ کچھ دن ذاتی حالات کی وجہ سے بہت پریشان رہا۔ اس میں بھی اس دوران یہ صلاحیت پیدا ہو گئی تھی کہ وہ دیواروں کے پار دیکھ لیتا تھا۔ ایک انگلش کتاب میں بھی ایک بچے کا واقعہ پڑھا جو کہ دیواروں کے پار دیکھنے لگ پڑا تھا۔ (سائنسی طور پر بھی سب ٹھوس چیزیں خالی ہوتی ہیں، یعنی ایٹم کے مرکز اور الیکٹران میں کھربوں گنا فاصلہ ہے)۔

دراصل انسان کے اندر عجیب وغریب صلاحیتیں چھپی ہوئی ہیں۔ اب بولنے کی طاقت ہی لے لیں۔ آپ جس بھی آدمی کو کوئی بات کہتے ہیں اس پر اس کا اثر ہوتا ہے، چاہے 10 فیصد ہو یا 50 فیصد۔ مثلاً آپ نے کسی سے کہا کہ تم بیمار ہو جاؤ گے تو اس بات کا اس پر تھوڑا بہت اثر ضرور ہو گا، لیکن کچھ لوگوں کی بات کا 50 فیصد سے زیادہ اثر ہوتا ہے اور وہ شخص واقعی بیمار ہو جائے گا۔

بددعا بھی اسی طاقت کی ایک مثال ہے۔

آیت کریمہ کے سلسلہ میں یاد آیا کہ کچھ عرصے کے بعد 1994ء میں میں نے سلیم کی تقلید میں عصر کے بعد 3000 دفعہ آیت کریمہ پڑھنی شروع کر دی۔ میرا ان دنوں لاہور سٹاک ایکسچینج میں دفتر تھا، میں ہالینڈ سے لاہور شفٹ ہو چکا تھا۔ جب آیت کریمہ شروع کی تو ان دنوں بڑے کاروباری نقصان ہونے لگ پڑے۔ کاروبار پہلے ہی سست تھا، اب انتظامی خرابیاں اور پتہ نہیں کیا کیا شروع ہو گیا، ہر طرح کی خرابیاں ہونے لگ پڑیں۔

بہر حال 1995ء اپریل میں پاکستان چھوڑ کر اور دیوالیہ ہو کر واپس ہالینڈ آ چکا تھا۔ اس دوران سلیم سے ملاقات ہوئی۔ میں نے اسے آیت کریمہ پڑھنے کا بتایا تو وہ کہنے لگا یہ بغیر اجازت کے نہیں پڑھنی چاہیے۔ اس کی عامل ہی آپ کو اجازت دے تو اسکو پڑھیں ورنہ یہ الٹی پڑ جاتی ہے۔ پھر اس نے مجھے کہا کہ میں اجازت دے رہا ہوں، اب تم اس کو پڑھ سکتے ہیں۔ اس نے اجازت تو دے دی مگر میرا آیت کریمہ کا شوق ختم ہو چکا تھا۔ لیکن واقعی یہ بات صحیح ہے کہ کچھ سخت آیتوں سے جیسے آیت کریمہ، سورہ مزمل وغیرہ کے چلے عامل کی اجازت سے کرنے چاہیں۔ باقی سورتیں بھی بہتر ہے کہ اگر چلے کی صورت میں پڑھی جائیں تو کسی عامل کی اجازت سے پڑھیں۔ سخت مطالب والی جیسے قیامت کے بارے میں آیتوں کو بغیر عامل کی اجازت کے پڑھنے کا منفی اثر ہو سکتا ہے، یعنی ورد کی صورت میں بغیر اجازت نہ پڑھیں۔

قرآن پاک کی عام آیتیں ہر کوئی پڑھ سکتا ہے، خصوصاً نماز میں پڑھی جانے والی آیتوں کا

انسان کو بڑا جلدی فائدہ شروع ہو جاتا ہے اور انہیں ہر مسلمان ورد بنا سکتا ہے۔

آپ کی سوچ کی طاقت عجیب عجیب طریقے سے کام کرتی ہے، مثلاً یہ ایک حقیقت ہے کہ مائیں جن بچوں کی صحت کے بارے میں زیادہ فکر مند ہوتی ہیں وہی بچے زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔ کیونکہ عموماً ماؤں کی سوچ کی طاقت چھوٹے بچوں سے بہت زیادہ ہوتے ہے، اس لئے بچے پر اس کا اثر ہو جاتا ہے اور وہ بیمار ہو جاتا ہے۔ پھر آپ جس چیز سے ڈریں اس کو اپنی طرف کھینچتے ہیں۔ اگر آپ کی سوچ دوسروں سے طاقتور ہے تو پھر دوسرے اسی کے مطابق ہی عمل کرتے ہیں۔ مثلاً اگر آپ کے کام کے کسی ساتھی کے بارے میں آپ کو یہ خیال ہو جاتا ہے کہ وہ غلطیاں کرتا ہے تو وہ زیادہ غلطیاں کرنی شروع کر دیتا ہے اور اگر آپ کا یہ خیال ہو جاتا ہے کہ وہ اچھا کام کرے گا تو وہ بہتر طریقے سے کام شروع کر دیتا ہے۔ مجھے اور میرے کچھ دوستوں کو اس چیز کے ذاتی تجربات ہو چکے ہیں۔

روحانی علاج میں بھی بنیادی طور پر سوچ کی طاقت کا اثر ہوتا ہے۔ ایک احتیاط آپ خصوصی طور پر کریں، وہ یہ کہ جب ورد اور اذکار کی وجہ سے آپ کی سوچ طاقتور ہونے لگ پڑتی ہے تو آس پاس بھی اس اثر ہوتا ہے مگر خود پر بھی ہوتا ہے، مثلاً اگر آپ سوچیں کہ آپ تھک رہے ہیں تو فوراً تھک جائیں گے۔ ایسے ہی اگر خیال آیا کہ آپ کا پیٹ کسی وجہ سے (جیسے غلط کھانا وغیرہ) خراب ہو رہا ہے تو یہ فوراً خراب ہو جائے گا۔ کھیل میں اگر سوچیں گے کہ آپ ہار رہے ہیں تو فوراً ہار جائیں گے اور اگر جیت کا سوچیں تو جیت جائیں گے۔ اسی طرح بے شمار اور بھی صورتیں ہیں۔ آپ خود اپنے حالات کے مطابق ان پر توجہ دیں۔

سوچ کے جسم اور صحت پر کام کرنے کا اصول یہ ہے کہ روح سے سوچ لاشعور میں آتی ہے، لاشعور سے شعور میں۔ شعور سے سوچ کا اثر آپ کے اعصاب (Nerves) پر پڑتا ہے، اور اعصاب کا اثر آپ کے جسم پر فوری پڑتا ہے۔ جتنی طاقتور سوچ ہو گی اتنا جلدی اور فوری اثر ہو گا۔ نماز پڑھنے والے لوگوں کی سوچ اکثر دوسروں سے زیادہ طاقت ور ہوتی ہے، انہیں اس طرف زیادہ دھیان دینا چاہئے اور اسے احتیاط اور مثبت طریقے سے استعمال کرنا چاہئے۔ سوچ کی طاقت کے بارے میں میرا خیال یہ ہے کہ جوں جوں یقین (Faith) بڑھتا ہے اس کے ساتھ ہی ساتھ یہ بھی بڑھتی جاتی ہے۔ کچھ میں قدرتی طور پر یہ زیادہ ہوتی ہے کچھ میں مشقوں یا عبادت واذکار سے بڑھ جاتی ہے۔ یہ جتنی زیادہ ہو انسان اتنا ہی کامیاب ہو سکتا ہے۔ سوچ کی اسی

طاقت کو آپ چاہیں تو روحانیت میں طاقت ور ہونے کیلئے استعمال کریں یا مادی کامیابیوں کے لئے، یہ آپ پر منحصر ہے۔ اس کی طاقت کو ہی آپ روحانیت میں تبدیل کر سکتے ہیں یا پیسے میں۔

طاقتور سوچ رکھنے والے کی دوسرے لوگ تقلید (Follow) کرتے ہیں، روحانیت کا یہ ایک اہم اصول ہے۔ غالباً سوچ کی طاقت ہی جس ملک میں زیادہ ہو اور صحیح طریقے سے استعمال ہو وہ ملک دوسروں سے زیادہ ترقی کرتا ہے۔ جس ملک میں اکثریت زیادہ طاقت ور سوچ والوں کی ہو وہ ملک دوسروں سے لازمی آگے نکل جاتے ہیں۔ اس طاقت کو روحانی طریقے سے بھی ایک سے بہت سے لوگوں میں پھیلایا جا سکتا ہے۔ گو اسی سوچ کے ساتھ ملک میں سسٹم organisation اور پیسے کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ خوش قسمت لوگوں میں عموماً اس سوچ کی طاقت دوسروں سے زیادہ ہوتی ہے اور وہ شعوری یا لاشعوری طور پر اسے صحیح استعمال کرتے ہیں۔ یہ طاقت ہر چیز کو آپ کے پاس کھینچ کر لے آتی ہے۔ ہر خوش قسمتی کا موقع خود ہی سامنے آ جاتا ہے اور ہر بدقسمتی دور ہو کر گزر جاتی ہے۔

(باب تجربات عقائد کی عینک میں سوچ کی طاقت کے بارے میں کچھ دلچسپ چیزیں بتائی گئی ہیں)

تصورات کی مشق (Visualization)

Visualization یا تصورات کی مشق کرانا دنیا کے ہر روحانیت کے سکول کے اہم اسباق میں سے ہے۔ اس کے بے شمار فائدے ہیں، اس کی مدد سے ہم با آسانی اپنے لاشعور سے تعلق جوڑ (کانٹیکٹ کر) لیتے ہیں۔ اس کا اہم اور سمجھنے والا اصول یہ ہے کہ لاشعور جب کسی چیز کو بار بار مراقبے میں دیکھتا ہے تو اس کو مان لیتا ہے اور انسان کو اس کے پاس لے جاتا ہے، بلکہ دیکھی جانے والی چیز خود بھی بنا (Create کر) لیتا ہے۔ ویژولائزیشن میں آپ کے لاشعور میں بیٹھے ہوئے ڈروں کو نکالا جاتا ہے اور اچھی صلاحیتوں کی طاقت بڑھائی جاتی ہے۔ آپ کا لاشعور روح کے زیر کمان کام کرتا ہے، آپ کی روح میں اللہ کے نور کا ایک ذرہ موجود ہے۔ آپ کے لاشعور کی بوتل میں ایک جن قید ہے۔ آپ نے اس جن کو بوتل سے نکالنا ہے پھر یہ آپ کا پکا غلام ہو گا۔ آپ کے لاشعور کی گہرائی اتھاہ ہے، اس کی طاقت بے پناہ ہے۔ مغرب میں سینکڑوں کتابیں اس لاشعور کی طاقت کو کام میں لانے کے موضوع پر لکھی گئیں۔

اس کو کام میں لانے کا طریقہ یہ ہے کہ آپ نے اپنے اندر بیٹھے ہوئے ڈر کو نکالنا ہے۔ اس

کے لئے آپ اپنے لاشعور کو یہ فلم دکھاتے ہیں کہ آپ اپنا مطلوبہ کام کامیابی سے کر رہے ہیں. جب کچھ عرصے آپ اسے یہ فلم دکھاتے رہتے ہیں تو پھر آپ کے لاشعور کے جن کو یہ معلوم ہو جاتا ہے کہ وہ فلاں کام کامیابی سے کر لیتا ہے. وہ یہ کیسے کرے گا، یہ سوچنا آپ کا کام نہیں. آپ نے اسے بس فلم دکھاتے چلے جانا ہے. کچھ دنوں کے بعد اس کو یقین ہو جائے گا کہ وہ یہ کام کر سکتا ہے. انسان کی نفسیات میں یہ بات بھی شامل ہے کہ جو کچھ کرتا ہے اسے ہی دہراتا چلا جاتا ہے. جیسے وہ اپنے کام پر جانے کے لئے جو راستہ استعمال کرے گا دوسرے دن بھی اسی راستے سے آئے گا، جس چیز کا واقف ہو جائے گا. اسی چیز کی طرف بھاگتا ہوا آئے گا اسی چیز کو سمجھتے ہوئے اشتہار دیکھتے ہیں تو آپ اس کے واقف ہو جاتے ہیں، پھر جب بھی آپ جنرل سٹور میں داخل ہوں گے آپ خود بخود اسی ٹوتھ پیسٹ کی طرف بڑھیں گے.

انسان کی اسی عادت کو آپ حصار (Shell) میں رہنا کہیں گے. پانی میں رہنے والے جانور خصوصاً گھونگے وغیرہ شیل میں رہتے ہیں اور عمر کے ساتھ اسی شیل کو آہستہ آہستہ بڑا کرتے رہتے ہیں. انسان نے بھی ہر چیز کے شیل بنائے ہوتے ہیں. ہر چیز کے بارے میں اس نے اپنے یقین کا ایک شیل بنایا ہوتا ہے کہ وہ یہاں تک جا سکتا ہے، اس سے زیادہ نہیں. کسی نے اپنی آمدنی کا ذہنی شیل بنایا ہوا ہے کہ وہ دس ہزار روپے مہینہ کما سکتا ہے اس سے زیادہ نہیں. اب وہ جب بھی کسی طرح 50 ہزار روپیہ مہینہ کی طرف بڑھے گا اس کے یقین کا شیل اسے واپس کھینچے گا کہ تم یہ نہیں کر سکتے، تم صرف 10 ہزار مہینہ کے قابل ہو. اور اس کے نتیجے میں وہ کوئی نہ کوئی غلطی کر کے 50 ہزار مہینہ کی آمدنی سے ہاتھ دھو بیٹھے گا اور تقریباً 10 ہزار روپے مہینہ پر ہی آخر کار آ بیٹھے گا، جو اس کے بنائے ہوئے شیل کی حد ہے. معاملہ جیسے پیسے کا ہو، پیار محبت کا ہو یا روحانی، ہر چیز میں آپ کا شیل بنا ہوا ہوتا ہے.

آپ اپنے لاشعور کو بڑے شیل کی فلم یعنی اگلے قدم اور کامیابی کی فلم دکھا کر پہلے شیل کو توڑتے ہیں. آپ کے ماضی کے تجربے اور آپ کی کامیابیاں اگر زیادہ ہوں تو آپ کا یہ شیل سائز میں خاصا بڑا ہوتا ہے اور آپ کا شیل بہت چھوٹا ہوتا ہے اس کو تو توڑنا لازمی ہوتا ہے. ایک دن میں امریکہ کے ایک رائٹر کی کتاب Super being پڑھ رہا تھا. رائٹر نے اپنے تجربات میں لکھا کہ اس نے بہت سی کتابوں مذہبی روحانی اور Self Improvement وغیرہ کو پڑھ کر یہ تصورات (Visualization) والا طریقہ ڈھونڈا اور اس پر عمل کرنا شروع کر دیا. یہ اس نے مالی

کامیابی کیلئے کیا تھا، یہ شروع کرنے سے پہلے اس کی عام آمدنی تھی. جب اس نے روز یہ تصور کرنا شروع کیا کہ وہ بہت پیسے کما رہا ہے، ایک بڑی اور نئی کار اس کے پاس ہے، ایک بڑا گھر اس نے خرید لیا ہے، تو دو تین ماہ میں اس کی آمدنی بہت بڑھنے لگ پڑی. کوئی ڈیڑھ سال کے بعد اس کے پاس بڑا گھر اور بڑی کار دونوں موجود تھے. وہ ہر روز دو دفعہ دس پندرہ منٹ یہ تصور کرتا تھا.

آپ یہ پڑھ کر سوچ رہے ہوں گے کہ کیا یہ اتنا ہی آسان ہے اور کیا سب لوگ ایسے ہی آسانی سے کامیاب ہو جاتے ہیں. لیکن آگے اس کہانی کا دلچسپ ترین حصہ شروع ہو جاتا ہے. اس رائٹر کے کہنے کے مطابق تقریباً دو سال گزرنے کے بعد میری کامیابیاں ختم ہونی شروع ہو گئیں، آمدنی کم ہونی شروع ہو گئی. میں واپس 2 سال پرانی جگہ کی طرف آنے لگا. اب میں نے وجہ تلاش کرنی چاہی تو مجھے ایک سمجھدار آدمی نے بتایا کہ تم تصور کے ذریعے کامیابی تو حاصل کر رہے تھے، لیکن تم اپنے جسم میں موجود روحانی توانائی کے ذخیرے کو استعمال کر رہے تھے. وہ انرجی خرچ ہوتی جاتی تھی لیکن تم اسے کہیں سے بھی واپس نہیں لیتے تھے. تمہیں اس کے لئے مناسب عبادت کرنی چاہیے تھی.

اب رائٹر نے خود کلامی کے بہت سے جملے ڈھونڈے جو اس قسم کے تھے کہ میں ہر روز ہر طرح بہتر ہوتا جا رہا ہوں، میرے اندر نئی اور اچھی انرجی آتی جا رہی ہے، وغیرہ وغیرہ، کچھ عرصے کے بعد پھر اس کے کام دوبارہ صحیح ہونے لگ پڑے. رائٹر کے لئے مسئلہ یہ تھا کہ امریکہ اور یورپ کے لوگ نام کے کرسچین ہیں، بائبل وغیرہ پر یقین نہیں رکھتے، نہ وہاں ایسی دعائیں موجود ہیں جو وہ استعمال کر سکیں. اس لیے اپنے بنائے ہوئے جملوں پر گزارہ کرنا پڑتا ہے جن کا کوئی زیادہ اثر نہیں ہوتا. یہ پڑھتے وقت مجھے عبادت کی اہمیت کا احساس ہوا کہ عبادت کرنے والا مسلمان یا انسان اپنے جسم کے ذخیرے کو بڑھاتا رہتا ہے. لیکن یہ افسوس بھی ہوا کہ ہمیں ان کو استعمال کرنے کا طریقہ اتنا عرصہ معلوم نہ ہوا، اور بہت سے مسلمانوں کو تو اس کا اندازہ ہی نہیں. جبکہ گورے ہم سے بہت کم ریزرو اور بہت کم Faith ہونے کے باوجود بھی بڑے کامیاب رہتے ہیں.

یہ کتاب میں نہیں کہیں 1984ء میں پڑھی ہوگی، پھر روحانیت کے تجربات نے بتایا کہ اس رائٹر کی بات بالکل صحیح ہے.

ہمارے مسلمانوں کے پاس روحانی انرجی کے ریزرو بہت زیادہ موجود ہیں لیکن بے کار ہیں کیونکہ ہمیں ان کا پتہ نہیں ہے. گو اہم بات یہ بھی ہے کہ ہر کامیابی کے لئے آپ کی قوت ارادی (Determination) لازمی ہوتی ہے. اسباب یعنی چیزیں منظم (Organize) کرنے مستقل مزاجی اور جدوجہد کرنا اس کے اپنے نمبر ہیں اور دعاؤں وغیرہ کے اپنے، خصوصاً مادی دنیا میں. لیکن گورے organization میں ہم سے آگے ہیں. کیونکہ انسان میں جب ایک صلاحیت کم ہوتی ہے تو دوسری صلاحیت زیادہ بڑھ جاتی ہے. جیسے کوئی اندھا ہو جائے تو سن کر سب کو پہچاننے لگ پڑتا ہے.

آپ ویژولائزیشن اور ساتھ ہی مناسب ورد بھی کریں تو اور اچھا ہے. اگر آپ ویژولائزیشن کی پریکٹس کریں اور ساتھ ہی قرآن پاک کی دعا یا ورد بھی پڑھیں تو آپ بتائج کئی گنا بہتر ہوں گے ورد آپ کو منزل پہ پہنچانے میں گاڑی میں پٹرول کا سا کام کرتے ہیں.

ایک دلچسپ بات جو میں نے دیکھی کہ یورپ کی اپر کلاس والے اور ان کے لیڈر بھی کسی نہ کسی صورت (Form) میں مثبت سوچ وغیرہ کی پریکٹس کرتے رہتے ہیں جس کا ان کو صلہ بھی ملتا ہے. ہمارے ملک میں اوپر کی کلاس والے اور ہمارے سیاسی لیڈر اس چیز سے نابلد ہیں. اس لئے وہ خود بھی غیر یقینی کا زیادہ شکار رہتے ہیں اور اس کے نتیجے میں عام لوگ اور عوام انہی کی نقل میں پریشان اور زیادہ غیر یقینی کا شکار رہتے ہیں. مانا کہ ہمارے ملک کے مالی و سیاسی حالات مغربی ملکوں کے مقابلے میں بہت خراب ہیں. لیکن ہمارے لیڈر صاحبان سے بہتر مالی و سماجی حالات میں رہتے ہیں.

اب مقابلے میں ایک طرح مثبت سوچنے والے پر اعتماد اور optinistic لوگ ہوں اور دوسرے گھبرائے ہوئے، ایک دوسرے سے حسد کرنے والے پریشان لوگ ہوں، تو پھر کون سی اسمبلی بہتر ہوگی اور کونسا گروپ ملک کو ترقی کراوائے گا. فیصلہ آپ نے کرانا ہے. ہمارے ملک میں اگر کوئی روحانی چیز لیڈر صاحبان استعمال کرتے ہیں تو وہ زیادہ سے زیادہ دعا تک جاتے ہیں. دعا کی طاقت کا میں بھی قائل ہوں، مگر کوئی دعا منگوانے کے باقی بعد سارا وقت منفی سوچ تا رہے تو پھر وہ اس کا بہت کم ہی فائدہ حاصل کر سکے گا. جب کہ مثبت سوچ اور Optimism کے ساتھ ایسی دعا کا اثر بے حساب بڑھ جاتا ہے، پھر مادی اسباب بھی ساتھ ہوں تو کیا ہی بات ہے.

کسی بھی مقصد کو حاصل کرنے میں بڑی رکاوٹ آپ کا ڈر و خوف ہوتا ہے. بہت سے

لوگوں کو یہ مسئلہ پیش ہوتا ہے کہ خوف کہیں نہ کہیں اندر موجود رہتا ہے. اس کے لئے سب سے بہتر طریقہ یہ ہے کہ آپ نے جس مقصد کو پانے کے لیے تصور کرنا ہے اسے ایک ہی مقصد پر بیٹھ نہیں جانا ہے، یعنی یہی نہیں عہد کر لینا کہ مجھے یہ ہی مقصد ہر حال میں چاہئے. جہاں بھی سوال "ہر حال" آتا ہے وہاں ساتھ یہ ڈر بھی آ جاتا ہے کہ اگر یہ واحد مقصد نہ ملا تو پھر کیا بنے گا، ہماری ساری محنت بھی ضائع جائے گی اس کا حل یہ ہے کہ راستے میں اگر کوئی اور بہتر چیز مل گئی تو اس بہتر چیز کو پکڑ لینا ہے. مثلاً آپ یہ تصور کر رہے ہیں کہ لاہور کسی مین بازار میں آپ کی دوکان ہو اور معقول آمدنی ہو رہی ہو تو اسی ایک مقصد کے ساتھ نہیں چپکے رہنا، بلکہ کچھ وقت تصور کرنے کے بعد اگر کوئی واقف آ کر امپورٹ ایکسپورٹ یا کسی اور بڑے کام کی آفر کرتا ہے تو پھر تھوڑا سوچ سمجھ کر اس نئے کام کو پکڑ لیں اور شروع کر دیں. یہ نیا کام اسی لئے آپ کے راستے میں آیا ہے کہ اسی میں آپ کی بہتری ہے. آپ کا دوکان کا پروگرام آپ کے لئے صحیح نہ تھا (یہ مشق آنکھیں بند کر کے پرسکون طریقے سے بیٹھ کر کرنی ہے).

یہ بات یقینی ہے کہ آپ کا تصور کرنا آپ کو کچھ نہ کچھ فائدہ ہر حال میں دے گا. یہ اوپر بتایا گیا نقطہ انتہائی اہم ہے، ہر تصور کرنے والے کو اس کا دھیان رکھنا لازمی ہے ورنہ نتیجے آدھے بھی نہیں ملیں گے. ہر مسلمان کے جسم میں انرجی کا اتنا ریزرو موجود ہوتا ہے کہ وہ اس کو صحیح طریقے سے استعمال کر کے با آسانی کروڑوں روپے کما سکتا ہے، یا روحانی طور پر جو کچھ حاصل کرنا چاہے با آسانی حاصل کر سکتا ہے. یہ ریزرو چاہے آپ نمازیں نہ بھی پڑھتے ہوں آپ کے باپ دادا کی نمازوں و عبادت کی وجہ سے آپ کے وجود میں وافر مقدار میں موجود ہوتا ہے اور ہم مسلمان مثبت سوچ اور تصور کرنے کے اصول کو نہ سمجھنے کی وجہ سے اس ریزرو کو الٹا غلط استعمال کرتے ہیں اور الٹا سیدھا سوچ کر اور کمزور اور منفی سوچوں کے ذریعے اپنے کامیابی کے امکانات کو کم کر لیتے ہیں (اس کو سمجھنے کے لئے دماغ کی پروگرامنگ کا باب دیکھیں)

اگر ہمارے لیڈر صاحبان ہی اس اصول سے واقف ہو جائیں تو پورے ملک کی حالت بہت بہتر ہو سکتی ہے. لیکن یہ ذہن میں رکھیں کہ ہر مادی کامیابی کے لئے اسباب کی لازمی ضرورت ہوتی ہے اس کے اپنے نمبر ہوتے ہیں. اگر آپ میں جدوجہد اور Determination موجود ہے اور پھر آپ ویژیولائز کرتے ہیں تو پھر آپ کے نتائج کئی گنا بہتر آئیں گے. کسی بھی چیز کی پریکٹس کرتے وقت یہ اصول بھی یاد رکھیں کہ اگر آپ کو اس کی تھیوری پر یقین ہے تو نتائج بہت جلد اور

بہتر ملتے ہیں، اس کے لئے عموماً شروع میں چھوٹی یا غیر اہم ایک آدھ چیز پر توجہ کرنی چاہئے پھر بڑی اور اہم چیزوں کی طرف آنا چاہئے۔ جو چیز بھی پریکٹس کر رہے ہیں یا سیکھ رہے ہیں آپ کو اس پر یقین ہونا چاہئے کہ یہ حقیقت میں کام کرتی ہے اور آپ کو مل سکتی ہے، بغیر اس یقین کے آپ کا مقصد واضح ہونا چاہئے۔ اس پر پوری طرح غور و فکر کریں، کوئی پہلو نہ چھوڑیں پھر اسے لکھ لیں۔

لاشعور کو کامیابی کے لئے استعمال کرنے کا اصول یہ ہے کہ آپ نے خود کو منزل پر پہنچا ہوا تصور کرنا ہے۔ پھر یہ آپ کو خود ہی منزل پر لے جائے گا۔ اگر خود کو آدھے راستے میں دیکھیں گے تو آدھے راستے میں ہی رہ جائیں گے۔ پھر یہ لازمی یاد رکھیں کہ لاشعور شدید سے بھی متاثر ہوتا ہے وہ شدید خواہش جو کچھ عرصے سے لگاتار دکھائی جائے۔

لاشعور کے ہاں صرف حال موجود ہے۔ یعنی اگر آپ اسے یہ کہتے ہیں یا دکھاتے ہیں کہ فلاں مقصد کا حصول کچھ وقت کے بعد ہوگا مثلاً دو ماہ کے بعد ہوگا، تو یہ اس کو نہیں مانتا۔ بلکہ پھر یہ بتائے ہوئے وقت میں سے آدھا وقت (یعنی ایک ماہ) گزرنے کے بعد پھر بھی منزل کو مزید دو ماہ کے فاصلے پر ہی دیکھے گا۔ اس لئے وہ چیز جوں جوں وقت گزرتا جائے گا دو ماہ کے فاصلے پر ہی رہے گی۔ اور یقین کیجئے لاشعور کی طاقت اتنی ہے کہ یہ آپ کو اس کو ملنے سے روکنے کے ایک ہزار طریقے جانتا ہے اور آپکو وہ اسے کبھی نہیں ملنے دے گا۔ اس اہم نقطے کو نہ سمجھنے کی وجہ ہم میں سے بے شمار لوگ لاشعوری طور پر اپنی بہت سی کامیابیوں کو اسی طرح خود سے دور رکھتے ہیں (یہ لوگ بغیر تصور کی مشق کئے بھی اپنی کامیابیاں ہمیشہ کچھ عرصے کے بعد ہی دیکھتے ہیں) تصور (Visualize) کرنے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ آپ نے تصور میں خود کو وہ کام کرتے دیکھنا ہے جیسے اگر آپ تین ماہ کے بعد کار لینا چاہتے ہیں اور تصور میں تین ماہ کے بعد کار دیکھی، تو آپ کو ایک سال بعد بھی کار نہیں ملے گی تصور میں آج سے ہی آپ اس کار کو اپنے پاس موجود دیکھیں آنکھیں بند کر کے دس پندرہ منٹ یہ تصور کریں کہ آپ اپنی پسندیدہ کار میں بیٹھے ہیں، اسے چلا رہے ہیں۔ یہ تصور آپ نے روزانہ دو بار صبح و شام دس تا پندرہ منٹ کرنا ہے (کار کی جگہ آپ کاروبار، کوٹھی، شادی، کچھ بھی تصور کر سکتے ہیں)۔ اس میں یہ ضرور کرنا ہے کہ لاشعور کو سب معلومات بہم پہنچائیں کہ اگر مسئلہ کار کا ہے تو کونسی کار، اس کا رنگ، ماڈل، سیٹوں کا رنگ، سٹیرنگ وغیرہ کا رنگ۔ پھر اس سے ملتی جلتی کار خود ہی آپ کو مل جائے گی (ایسی تفصیلات کاغذ پر لکھ لیں)۔

لاشعور کا اصول یہ ہے کہ وہ سب معلومات مانگتا ہے، اگر ان میں کوئی واضح خالی جگہ

(Gap) اسے نظر آئے تو وہ پھر اسے اس پر یقین نہیں آتا اور وہ اس چیز کی آپ کی طرف کشش کم کرتا ہے (ایک دفعہ لکھ لینے یا یاد کر لینے کے بعد مشق کرتے وقت زیادہ باریکیوں میں نہ جائیں)۔ ایسی سب تفصیل کو کسی کاغذ پر لکھ لینا چاہئے، یعنی جو چیز آپ چاہتے ہیں اس کی تفصیل ہو تو لاشعور کا کام آسان اور منزل واضح ہو جاتی ہے۔ ایسے تصورات کرنے سے آپ کے لاشعور کو مقصد مل جاتا ہے مقصد واضح ہونے کے بعد وہ با آسانی منزل پر پہنچ جاتا ہے۔ تصور (Visualization) کی مشق مختلف ملکوں میں لوگ کرتے ہیں جیسے کرکٹ کھیلنے والے یہ تصور کرتے ہیں، کہ وہ سنچری بنا رہے ہیں اور 101 رنز بنانے میں مصروف ہیں۔ اگر آپ نے 99 رنز کا سوچا تو لاشعور آپ کو 99 پر ہی آؤٹ کرا دے گا۔ گولف کھیلنے والے یہ تصور کرتے ہیں کہ بال سیدھا سوراخ (Hole) میں جا رہا ہے۔ وہ بال کو ہٹ لگانے سے پہلے یہ تصور کرتے ہیں۔ ایسا تصور کرنے والوں کے نتائج ہمیشہ دوسروں سے بہتر ہوتے ہیں (ویسے بھی کم از کم یہ کامیابی کا تصور ہوتا ہے)۔ یہ تصور کہاں تک جا سکتا ہے۔ اس میں جاپان کے ایک (Zen) ماسٹر کی مثال دی جاتی ہے۔ ایک مغربی آدمی اس کے پاس Zen کے مراقبات سیکھنے گیا تھا۔ Zen ماسٹر ایک دن اسے ایک کمرے میں لے گیا، وہاں فاصلے پر ایک نشانہ لگانے کا بورڈ لگا ہوا تھا۔ اب ماسٹر نے کمرے میں بتی بجھا دی اور اندھیرے میں کمان کھینچ کر بورڈ کے رخ کا نشانہ لگایا اور پھر چند سیکنڈ کے وقفے سے دوسرا تیر چلایا۔ جب بتی دوبارہ جلائی گئی تو وہ مغربی آدمی یہ دیکھ کر ششدر رہ گیا کہ ماسٹر کا اندھیرے میں چلایا ہوا پہلا تیر دائرے (Target) کے بالکل درمیان میں لال نشان پر لگا تھا، مگر دوسرا تیر کے اندر جا لگا۔ یہ اس کی سمجھ سے باہر تھا۔ اس نے Zen ماسٹر سے پوچھا کہ یہ کیسے ممکن ہے۔ اس کے اصرار پر ماسٹر بولا۔ میں تیر چلانے والا نہیں تھا بلکہ میں اس وقت خود بورڈ تھا (یعنی تصور میں میں خود بورڈ بن کر تیروں کو اندر کھینچ رہا تھا)۔ مجھے خود اپنی زندگی میں جو تجربے ہو چکے ہیں ان سے معلوم ہوا کہ یہ بات بالکل ممکن ہے۔

تصور کی طاقت کی ایک اور اچھی مثال یونانی ارب پتی اوناسس کی ہے۔ وہ کہتا ہے کہ پہلا بحری جہازوں (Ships) کا بیڑہ کنٹرول کرتے دیکھا، بعد میں لیا۔ اسی طرح کاروباری لوگوں کو چاہئے کہ وہ تصور میں ہر وقت اپنی جیب اور بینک بیلنس پیسوں سے بھرا دیکھیں۔ ماہر روحانیت اس بارے میں کہتے ہیں کہ ہر چیز آسانی کے ساتھ مل سکتی ہے، مگر آپ نے اپنے لاشعور کو یہ ڈرامہ دکھاتے چلے جانا ہے کہ وہ چیز آپ کے پاس موجود ہے۔ مگر یہ ڈرامہ دکھانے کے لئے

آپ کو خود سے مخلص (Sincere) ہونا چاہئے ورنہ یہ ممکن نہیں کیونکہ تخلیق (Creation) کے اس عمل میں آپ کے جسم، ذہن اور روح نے مل کر کام کرنا ہے جو کہ خود سے مخلص (Sincere) ہوئے بغیر ممکن نہیں، یعنی آپ لاشعور کو خواہ مخواہ بیوقوف نہیں بنا سکتے. جب جسم ذہن اور روح مل کر کام کرتے ہیں تو جیسے معجزاتی طریقے سے ہر قسم کی چیزیں مل جاتی ہیں، بلکہ وجود میں بھی آ نی ممکن ہیں. لیکن آپ کی خواہش شدید ہونی چاہئے.

اس مخلص ہونے میں خود کو اس قابل سمجھنا اور اپنے اچھے مقصد کا یقین بھی شامل ہے. اسی طرح ہونے میں آپ خود کو ابھی سے عقل مند دیکھنا شروع کریں تو عقل مند ہونا شروع ہو جائیں گے، امیر دیکھیں تو امیر، معزز تو معزز، خوش تو خوش. یہ سب کچھ ابھی سے (being میں) دیکھنے سے ہے. ذہن و لاشعور کی سب کامیابی اسے ابھی سے موجود تصور کرنے (being) میں ہے. پیچھے لاشعور کے باب میں بیان کیا جا چکا ہے کہ بہت سے کامیاب لوگ لاشعوری پر ایسے کام کرتے ہیں اور ایسی چیزیں (Choices) چن لیتے ہیں جو مستقبل میں ان کے لیے فائدہ مند ہوتی ہیں. دراصل جب لاشعور کو منزل پر بیٹھنے اور پہنچ جانے کی فلم چند بار دکھائی جاتی ہے تو پھر یہ خود بخود وہاں پر پہنچ جاتا ہے. مگر ہم میں سے بے شمار لوگ اس اصول کو نہ سمجھنے کی وجہ سے اپنے اندر ناکامی کا تصور بٹھائے ہوتے ہیں اور شعوری یا لاشعوری طور پر بھی ناکامی کی فلم چلاتے رہتے ہیں.

ہمارا لاشعور بالکل بچے کی طرح ہے اسے جو فلم دیکھائی جاتی ہے چند بار کے بعد وہ اسے حقیقت مان لیتا ہے. ہمارے یہاں اسی طرح کا ایک لطیفہ بیان کیا جاتا ہے، جس میں ایک سنگ دل ماسٹر سے لڑکے بڑے تنگ تھے اور چاہتے تھے کہ وہ چند دن کے لیے بیمار ہو جائے اور وہ کچھ دیر کھیل کود لیں. انہوں نے پروگرام بنالیا. ایک دن ماسٹر کلاس میں پریڈ لینے آیا تو کلاس روم خالی تھا، وہ لڑکوں کے انتظار میں بیٹھ گیا. تھوڑی دیر بعد ایک لڑکا کلاس میں داخل ہوا اور استاد سے کہنے لگا کہ جناب کیا آپ آج بیمار ہیں. استاد بولے نہیں. تو وہ لڑکا کہنے لگا آپ ایسے لگ رہے ہیں. پھر تھوڑی دیر بعد دوسرا لڑکا کمرے میں داخل ہوا اور استاد سے کہنے لگا کہ خدا خیر کرے، آج آپ کا رنگ پیلا پڑا ہوا ہے، کیا بات ہے. استاد نے کہا ایسی کوئی بات نہیں. پھر تیسرا لڑکا اندر داخل ہوا اور سیدھا استاد کو غور سے دیکھنے لگ پڑا اور پھر بولا، کمال ہے آپ بیمار ہونے کے باوجود ہمیں پڑھانے آ گئے ہیں، واقعی اچھے استاد ہیں'' استاد چڑ کر بولا مجھے کوئی بیماری یا بخار نہیں. مگر پھر تین

چار اور لڑکے بھی باری باری اندر آ کر یہ دھراتے گئے کہ آپ بیمار ہیں. آخر کار استاد کو بھی یہ یقین آ گیا کہ وہ واقعی بیمار ہے. تھوڑی دیر کے بعد اس کا چہرہ پیلا پڑ گیا اور وہ سکول سے چھٹی لے کر گھر چلا گیا اور اندر جا کر اپنے بستر پر لیٹ گیا. جب لڑکوں کے ماں باپ نے لڑکوں کو آگے پیچھے خرمستیاں کرتے دیکھا تو استاد کے گھر پہنچے اور پوچھا خدا خیر کرے آپ کیسے بیمار ہو گئے. تو استاد کہنے لگا '' مجھے بیماری کا پتہ نہیں تھا مگر شکر ہے لڑکوں نے دیکھ لی اور مجھے بتا دیا.'' یہ تو لطیفہ تھا لیکن حقیقت میں یہ کرنا ہمارے لاشعور کے لیے بڑی معمولی سی بات ہے. یہ بیمار کو علاج بیماری سے بھی صحت مند کر لیتا ہے اور صحت مند آدمی کو بیمار.

امریکہ میں کیے گئے تجربات سے معلوم ہوا کہ اگر آپ آئینے میں خود کو پتلا تصور کرتے ہیں تو چھ ماہ کے اندر آپ بہت سا وزن گھٹا سکتے ہیں (لیکن بہتر یہی ہے کہ وزن گھٹانے کے لیے آپ کچھ ورزش ضرور کریں اور ساتھ ہی خود کو پتلا تصور کریں پھر بڑا جلدی اور دوگنی تگنی رفتار پر کام ہوتا ہے) ویسے بھی اصول یہ ہے کہ جسم کا کام جسم سے لیں اور ذہن کا کام ذہن سے. مثلاً اگر آپ اپنے مسلز (باڈی) بنانا چاہتے ہیں تو جسمانی مشقت ورزش کریں، پھر آپ کا جسم بنے گا صرف ایسا تصور کرنے سے تھوڑے بہت مسلز بن جائیں گے مگر محنت بہت ہو گی اور نتیجہ کم ہو گا. مجھے ان چیزوں کا ذاتی تجربہ بھی ہو چکا ہے. 1988ء میں ایمسٹرڈیم میں ایک دفعہ کسی پاکستانی حکیم کی دی ہوئی وزن کم کرنے والی چناتی اثر ولی دوائی کھانے سے میرا وزن دو ہفتے کے اندر 78 کلو سے گھٹ کر 69 کلو رہ گیا. مگر دو ہفتے کے بعد جب میں اپنے یہ دوائی منگوانے والے دوست ملک جاوید (گوجر خان) سے ملا تو مجھے معلوم ہوا کہ اس کا وزن تو اسے بلڈ شوگر ہونے کی وجہ سے گھٹ رہا تھا، جسے اس نے اس دوائی کا اثر سمجھا، مگر میرا وزن صرف اس دوائی کے اثرات پر یقین کرنے کی وجہ سے گھٹتا چلا گیا. حالانکہ در حقیقت میرے جسم پر چربی وزن کم ہونے سے پہلے بھی بہت کم مقدار میں تھی، میرا صرف دو تین کلو وزن کم ہونے سے ہی میں بالکل صحیح توازن Level پر جاتا تھا. مجھے اس قسم کے اور بھی کئی تجربات ہوئے کہ ہر آدمی پر اس کے سوچنے کا اثر اپنی اپنی سوچ اور یقین کی طاقت کے حساب سے ہوتا ہے، مگر ہوتا ضرور ہے.

بہت سے لوگ کسی چیز سے ڈرتے ہیں، جیسے چوروں سے یا حادثات سے. مگر در حقیقت کسی چیز سے ڈرنے میں اس کا انسانی ذہن پر اتنا ہی اثر ہوتا ہے جتنا کہ حقیقت میں حادثہ ہونے سے یا چوری ہونے سے. بلکہ کچھ لوگوں پر ایسا تصور کرنے کا اثر الٹا زیادہ ہوتا ہے. اس

لیے ہر ایک کو اپنے تصورات کی احتیاط کرنی چاہیے. ہم اکثر یہ شعوری یا لاشعوری طور پر کرتے رہتے ہیں اگر آپ چاہتے ہیں کہ لوگوں سے آپ کے تعلقات بہتر ہوں تو آپ تصور کی مدد سے ایسا با آسانی کر سکتے ہیں. اسی طرح ماضی کی ایسی باتیں واقعات جو آپ کو ذہنی طور پر پریشان کرتے ہوں یعنی آپ جب بھی انہیں سوچیں تو آپ کو الجھن محسوس ہو، تو آپ کو چاہیے کہ تصورات کی مدد سے انہیں لاشعور سے نکال دیں.

ماضی میں ہوئے واقعات اور غلط تجربات ناکامیاں ہمارے ذہن اور لاشعور پر بوجھ ہوتی ہیں ہمیں چاہیے کہ انہیں وہاں سے صاف کر دیں. اس کے بعد آپ کے لاشعور پر ان کا بوجھ نہیں رہے گا اور روح میں چھپی ہوئی توانائی کو باہر آنے میں آسانی رہتی ہے. ماضی کی ناکامیاں جب ذہن میں بیٹھی ہوں تو حال کو بھی خراب کر دیتی ہیں اور مستقبل کی ترقی بھی روک لیتی ہیں. آپ کو ویسے بھی چاہیے کہ ماضی کے صرف وہی تجربات یاد رکھیں اور یاد کریں جو مثبت ہوں اور آپ کے حال اور مستقبل کو بہتر بنانے میں مددگار ثابت ہوں. اسی چیز کو نفسیات کی زبان میں Selective Memory (چنی ہوئی یادداشت) کہتے ہیں.

ماضی کے غلط تجربات ذہن سے نکالنے کی عملی مشق جو میں نے خود بھی کامیابی سے کی اور پھر کئی اور لوگوں کو بھی صحیح طریقے سے کروائی، یہ اس طرح ہے کہ پہلے آپ اپنے ماضی کے پانچ ایسے اہم ترین واقعات یاد کریں جن کا آپ کے ذہن پر منفی اثر ہو. ان کو ترتیب وار کاغذ پر لکھ لیں. مثلاً آپ کے اپنے کسی دوست سے ماضی قریب میں تعلقات ختم ہو گئے مگر اس کا اثر آپ کے ذہن پر ہے اور آپ اسے ختم کرنا چاہتے ہیں، یا کہیں ایسی بات ہوئی جس میں آپ نے اپنی بے عزتی محسوس کی، یا کبھی آپ کی وجہ سے کسی کا نقصان ہوا اور آپ کے ذہن پر ابھی تک اس کا بوجھ ہے ایسا کوئی بھی واقعہ آپ کے بچپن سے لیکر اب تک ہو سکتا ہے، آپ ایسے پانچ واقعات کاغذ پر لکھ لیں.

اس میں آپ نے ان کی تفصیلات نہیں لکھنی، صرف اس شخصیت یا واقعے کا نام لکھنا ہے. اسے لکھ کر آپ نے گھر میں سیڑھیوں کے نیچے کھڑا ہو جانا ہے. واقعات آپ نے اس طرح لکھنے ہیں کہ ماضی قریب کا واقعہ پہلے نمبر پر لکھیں، اس سے پہلے کا دوسرے، پھر تیسرا، چوتھا اور سب سے پرانا واقعہ پانچویں نمبر پر لکھیں. پھر اپنے گھر میں یا کسی اور گھر میں سیڑھیوں کے شروع میں نیچے کی طرف کھڑے ہو جائیے.

اب آپ نے پہلی سیڑھی پر چڑھ کر کھڑا ہو جانا ہے وہاں پر آنکھیں بند کر کے ماضی قریب کا یعنی پہلا لکھا ہوا واقعہ یاد کریں، یہ واقعہ جہاں سے شروع ہوا جہاں پر ختم ہوا، اس کی سب فلم ذہن میں دہرائیں (چاہے آپ کو یہ تصورات واضح نظر آئیں یا اس میں آپ کو مشکل پیش آئے، مگر آپ نے ایسا کرنا ہے) سب واقعے کو ذہن میں دہرانے کے بعد آپ دوسری سیڑھی پر چڑھ جائیں اور دوسرا واقعہ یاد کریں. ایسا کرتے وقت بہتر ہے کہ آنکھوں کو بند کریں یا نیم بند رکھیں. اسی طرح پانچ سیڑھیاں چڑھیں اور پانچوں واقعات کو دہرائیں. جب پانچ سیڑھیاں پوری ہو جائیں تو آپ چھٹی سیڑھی پر چلے جائیں. کوئی ایک منٹ کے بعد آپ نے وہاں سے پانچویں سیڑھی پر آنا ہے اور پانچویں سیڑھی پر پہلے یاد کیا گیا واقعہ دوبارہ ذہن میں دہرانا ہے سارا واقعہ ذہن میں دہرا کر آپ اس واقعے کے دوسرے کردار کو (اگر وہ کوئی شخصیت ہے تو اسے تصور کریں، ورنہ صرف اس واقعے کو سامنے دیکھیں) کہیں "میں نے تمہیں، معاف کیا، تم مجھے معاف کر دو"

"اب کے بعد تمہارا مجھ پر کوئی اثر اور طاقت نہ ہوگی اور میرا تم پر کوئی اثر نہ ہوگا."

"تمہارے لیے تمہاری راہ میرے لیے میری راہ" اور اسے خدا حافظ کہیں اور ہاتھ ہلائیں.

پھر آپ نے چوتھی سیڑھی پر آ کر چوتھے واقعے کو یاد کرنا ہے اور ایسے ہی کرنا ہے، پھر تیسری، دوسری اور پہلی سیڑھی پر، ہر سیڑھی پر آتے اور جاتے آپ کو تقریباً ایک ایک منٹ لگے گا. ایسے کرتے وقت اس واقعے یا تعلقات کے سب اچھے یا برے پہلو دیکھیں، گھبرائیں نہیں. پھر سب سیڑھیوں سے اتر کر آپ نیچے آ جائیں اور وہ کاغذ جس پر یہ لکھا ہوا ہے، اسے پرزہ پرزہ کر کے جلا دیں. پھر اللہ سے معافی مانگیں کہ آپ آئندہ یہ غلطیاں نہیں کریں گے، یا ہر ممکن بچیں گے.

ایسا کرنے سے آپ کے ذہن سے بہت سا بوجھ اتر جائے گا. کوئی زیادہ تکلیف دہ واقعہ ہو تو اسے ایک ماہ کے بعد دوبارہ کریں. لیکن عموماً میں نے تجربے میں دیکھا ہے کہ ایک بار ہی ایسا کرنے سے بہت سے مسئلے حل ہو جاتے ہیں. اس کے بعد آپ ان سب واقعات کو بھولنے اور ذہن سے ان کا بوجھ اترنے کی دعا آپ علیحدہ کر سکتے ہیں. لیکن یہ عمل کرنے کا فائدہ بہر حال ہوتا ہے.

ایک دوسرا طریقہ ہے جو بدھ یوگا میں کچھ Zen سکول والے استعمال کرتے ہیں، خصوصاً کسی سے تعلقات وغیرہ میں بہتری کے لیے استعمال کیا جاتا ہے. اس کے لیے آپ نے ایسے

لوگوں کی لسٹ بنانی ہے آپ کے جن سے تعلقات خوشگوار نہیں ہیں، اب آپ سکون سے کرسی پر بیٹھ جائیں اور تین بار پیٹ تک گہرے سانس لیں. سانس کو اندر کچھ دیر روکے رکھیں، پھر منہ کے راستے آہستہ سے باہر نکالیں. اپنی آنکھیں بند کر لیں.

پھر آپ نے اس شخصیت کا تصور کرنا ہے جس سے آپ کے تعلقات خوشگوار نہیں ہیں. اس شخص سے اپنے مسائل کے سب پہلو دیکھیں، اچھے پہلو، برے پہلو. کسی بھی چیز کو سوچنے سے مت گھبرائیں، سب کو ذہن میں لائیں. پھر آپ نے سانس اندر لیتے وقت یہ تصور کرنا ہے کہ وہ شخصیت آپ نے سانس کی راہ اندر کھینچ لی ہے اور وہ آپ کے سینے میں پہنچ گئی. پھر آپ نے اس پر پھونک مارنی ہے اور تصور کرنا ہے کہ وہ شخصیت نور میں نہا گئی ہے اور صاف ہو گئی ہے. کچھ دیر کے بعد اسے واپس باہر نکال دینا ہے. تقریباً 2 یا 3 منٹ ایسا کریں. کچھ عرصہ کے بعد آپ محسوس کریں گے کہ اس شخصیت سے آپ کے تعلقات بہتر ہوتے جا رہے ہیں. ایسی مشق کے ذریعے آپ اپنے آس پاس کے ہر فرد سے تعلقات بہتر بنا سکتے ہیں.

جادو میں بھی ایسی ہی ترکیبیں استعمال کی جاتی ہیں. بنیادی طور پر جادو بھی سوچ کی طاقت کے سوا کچھ نہیں، گو یقین کے استعمال سے آپ اس کی طاقت بہت بڑھا سکتے ہیں. لیکن آپ جادو کے چکر سے جہاں تک ہو سکتا ہے بچنے کی کوشش کریں (یعنی چیزوں کو منفی طور پر استعمال نہ کریں، گو کہ ایسا بالکل ممکن ہے)

روحانیت میں ترقی کرنے کے بعد کسی سے بھی تعلقات تبدیل کرنے میں آپ نے صرف اس شخصیت کا تصور کرنا ہوتا ہے اور اس پر پھونک مارنی ہوتی ہے. لیکن یہ یقین کا درجہ بڑھ جانے کی صورت میں ہوتا ہے. ہمارے یہاں اکثر کوئی مخصوص سورت پڑھ کر اس شخصیت کا تصور کر کے اس پر پھونک مارنی ہوتی ہے.

عام آدمی کو چاہیے کہ کسی بھی اہم کام کرنے سے پہلے آنکھیں بند کر کے یہ تصور کرے کہ وہ اس کام کو صحیح طریقے سے اور کامیابی سے کر رہا ہے. اسے یہ تصور 30 سیکنڈ سے 2 منٹ تک کرنا ہے، اس کام کی اہمیت کے حساب سے. پھر وہ یہ کام آسانی سے کر لے گا. یہ بات بتانے کی ضرورت نہیں کہ ایسے سب کام بغیر گھبرائے، سکون اور اعتماد کے ساتھ کرنے کی کوشش کریں. مثلاً اگر آپ کوئی نئی چیز یا کمپیوٹر وغیرہ استعمال کرنے سے گھبراتے ہیں اور خصوصاً دوسرے لوگوں کی موجودگی میں غلطیاں کرتے ہیں، تو پھر اسے استعمال کرنے سے پہلے ایک منٹ آنکھیں بند

کر کے یہ تصور کریں کہ ان لوگوں کے سامنے آپ بڑی کامیابی اور پھرتی سے کمپیوٹر یا وہ چیز استعمال کر رہے ہیں اور پر سکون ہیں. پھر جا کر بسم اللہ پڑھ کر وہ کام کریں تو کامیابی سے ہو گا.

ایسا کام کرنے میں، چاہے وہ کسی کے سامنے غیر ملکی زبان بولنی ہو، کار چلانی ہو، لڑنا ہو، جو بھی کام ہے اسے کامیابی سے تصور کرنے کے بعد کریں، آپ کو بہت اچھے نتائج ملیں گے. ایسا کرنا آپ بچوں کو بھی سکھائیں کیونکہ بچے اکثر گھبرا کر اپنا ذہن منجمد کر لیتے ہیں، اور پھر وہ آسان سا کام بھی نہیں سمجھ پاتے یا کر پاتے. اور بچپن میں ذہن میں بیٹھی ہوئی ناکامیاں یا کامیابیاں ہمارے شخصیت کا ستون ہوتی ہیں. حساس بچوں کے معاملے میں خصوصی طور پر احتیاط کرنی چاہیے.

انسانی ذہن ایسی عجیب چیز ہے کہ یہ ہر مشکل کام کو باسانی کر سکتا ہے اور ہر آسان کام کو مشکل بنا سکتا ہے. اس لیے کسی بھی نئے اہم کام کو کرنے سے پہلے یہ تصور کر لیں. اس کا فائدہ ہے، نقصان کوئی نہیں.

اگر ماضی کے چھوٹے موٹے واقعات اور اس وقت کی کمزوریاں ابھی تک آپ کو یاد کرنے پر پریشان کرتی ہیں، تو اس کی ایک عمدہ ترکیب یہ ہے کہ آپ ان کو یاد کر کے اللہ کا شکر ادا کریں اور محسوس کریں کہ اس حالیہ وقت میں آپ پہلے کی نسبت کتنے بہتر ہو چکے ہیں اور سنبھل چکے ہیں، تب وہ پرانی باتیں، پرانی کمزوریاں آپ کو مضحکہ خیز لگتی ہیں. کم لوگ ہی اتنے بہتر Improve ہوتے ہیں.

یہ یاد رکھیں کہ ہر آدمی کے ماضی میں ایسے واقعات ہوئے ہوتے ہیں، اور ہم لوگ پہلے سے بہتر ہوتے چلے جاتے ہیں. تصورات Visualization کے ساتھ اگر آپ ورد بھی اسی مقصد کے لیے پڑھیں تو نتائج کئی گنا بہتر رہیں گے. خالی ورد سے نتائج آہستہ آہستہ ہی ملتے ہیں اور اصول معلوم نہ ہوں اور آدمی کم یقین والا ہو تو نہیں ملتے. لیکن تصورات کے ساتھ مل کر اس کا استعمال ہر چیز میں کامیابی کی ضمانت بن جاتا ہے.

ورد جس نیت سے بھی کیے جائیں اسی میں خاص فائدہ دیتے ہیں. یہ ہمارے لاشعور کو یہ یقین دلاتے ہیں کہ ہم مطلوبہ چیز لازمی طور پر پا لیں گے اور یہ مطلوبہ منزل کی طرف جانے میں گاڑی میں پٹرول کا سا کام کرتے ہیں. یہ ہمارے لاشعور کو یہ یقین دلاتے ہیں کہ ہم وہ چیز حاصل کر سکتے ہیں. ورد میں اس کے لفظوں کی بھی اہمیت ہوتی ہے کہ ان کا مطلب کیا ہے، مگر

ہماری نیت کیا ہے اور یہ ہم کس مقصد کے لیے پڑھ رہے ہیں واضح ہونا بہت اہم ہوتا ہے. کسی بھی مادی چیز کے لیے تصورات کی مشق کرنے سے پہلے آپ کو یہ یقین ہونا چاہئے کہ آپ اس چیز کو حاصل کرنے کے قابل ہیں. اگر آپ خود کو اس قابل سمجھتے ہیں تو پھر (تصورات کی مشق کے بعد چیز یا مقصد کو حاصل کرنے سے کوئی طاقت نہیں روک سکتی).

تصورات کی مشق کا اصول یہ بھی ہے کہ ہمارا ذہن تصویروں میں سوچتا ہے. جب ہم تصورات کی مدد سے خود کو منزل پر بیٹھا دیکھتے ہیں تو ہمارا "قدیم" انسانی دماغ اسے دیکھ لیتا ہے اور پھر لاشعور کی مدد سے اسے پالیتا ہے. ہمارا ذہن عجیب طریقے کرتا ہے، جس چیز کو یہ اہم سمجھتا ہے اسی چیز کی کارکردگی زیادہ بہتر ہو جاتی ہے اور نتیجے بھی جلد ملتے ہیں. آپ اس مشق میں اپنے دائرہ عمل (اپنے کام، پیشے یا شوق) سے متعلق زیادہ توجہ دیں. تصور کی مشق کے ذریعے سے اپنے شغل میں سے اپنے ڈر و جھجک کو دور کریں، پھر آپ کی رفتار اس میں بہت تیز ہو جائے گی. پہلے زیادہ اہم چیزوں سے متعلق یہ مشقیں کریں. اپنی دعا وغیرہ کے قبول نہ ہونے سے متعلق بھی اپنے ڈر و جھجک کو اسی طرح دور کریں. اگر آپ اللہ کے بتائے ہوئے راستے پر چل رہے ہیں تو اللہ آپ کی کیوں نہیں سنے گا. اس میں اگر آپ کو شک ہے کہ آپ گناہ گار ہیں اس لیے آپ کی دعا قبول نہیں ہوتی، تو یاد رکھیں گناہ یا غلطیاں ہر انسان سے ہوتی رہتی ہیں، ان کی معافی مانگیں اور توبہ کریں. ایک بار پھر دہراتا چلوں کہ کوئی بھی تصورات کی مشق اسی صورت میں فائدے دے گی اگر آپ خود کو اس مطلوبہ چیز کے پانے کے قابل سمجھتے ہیں. اگر آپ خود کو اس قابل نہیں سمجھتے تو بہتر ہے یہ مشقیں ابھی ملتوی کر دیں.

یہ بھی یاد رکھیں کہ یہ سب مشقیں کرتے وقت آنکھیں بند کر کے یہ تصور کیا جاتا ہے انہیں سکون کے ساتھ اور بغیر کسی ڈر کے کرنا ہے.

نوٹ: انسان تصورات کی مشق کے بغیر بھی کامیابی حاصل کر سکتا ہے، مگر اس مشق کی وجہ سے انسانی ذہن یکسو Focus بھی ہو جاتا ہے اور کامیابی بھی آسانی کے ساتھ مل جاتی ہے. (تصورات کی مشق کا ایک اہم حصہ کتاب کے آخر میں مختصر جائزہ کے باب میں بھی بتایا گیا ہے).

اپنے آپ کو بھولنا

صوفیاء کا یہ کہنا ہے کہ خود کو بھولنا اصل کام ہے، خود کو بھولنا ہی اصل روحانیت ہے، روحانیت یہاں سے ہی شروع ہوتی ہے. اپنی روحانیت کے شروع کے دنوں میں مجھے کسی نے

بتایا کہ انسان کا ذہن ہر وقت کچھ نہ کچھ سوچتا رہتا ہے اور اگر کوئی چند سیکنڈ کے لیے ہی اپنے ذہن کو سوچ سے خالی کر لے تو وہ پھر جو چاہے کر سکتا ہے. اس وقت دنیا میں جہاں چاہے تصور میں پہنچ سکتا ہے، لامحدود طاقت حاصل کر سکتا ہے.

یہ 1985ء کی بات ہوگی، ان دنوں میں ہر روز روحانیت میں نت نئے تجربے کرتا رہتا تھا. یہ نئی چیز بڑی زبردست معلوم ہوئی، اس کے بھی پیچھے ہاتھ دھو کر پڑ گیا لیکن ذہن کو خالی کرنے کی کوئی ترکیب صحیح ثابت نہ ہوئی اس کو چھوڑ کر دوسرے اسی قسم کے کاموں میں مصروف ہو گیا. پھر چند برسوں کے بعد جب دوسری روحانی و نیم روحانی چیزیں کرتے کرتے اس قابل ہو گیا کہ ذہن کو چند سیکنڈ نہیں بلکہ دس دس منٹ سوچ سے خالی رکھ سکتا ہے تو پتہ چلا کہ وہ لامحدود طاقت یا بڑی طاقت اس سے حاصل ہونے والی بات صحیح نہیں ہے. اتنا ضرور ہے کہ اگر آپ ذہن خالی رکھ سکیں تو آپ پرسکون رہتے ہیں، اکیلے بیٹھنے سے نہیں گھبراتے، اس کے علاوہ آپ کو ذہن پر کنٹرول ہونے کے وجہ سے دوسری ذہنی مشقوں میں آسانی ہوتی ہے. لیکن آگے اسی مشق سے بہت کچھ مل جاتا ہے. مجھے آدھا سچ بتایا گیا تھا.

کسی بھی قسم کا مراقبہ کرتے وقت ذہن کو خالی رکھنا بہت مددگار ثابت ہوتا ہے، پھر آپ جس چیز کو بھی تصور میں لائیں گے صرف وہی چیز آپ کے ذہن میں ہوگی. اب اس میں ایک اہم بات یہ ہے کہ ذہن میں ہر وقت یہ چیز موجود ہوتی ہے کہ میں قمر اقبال ہوں. میں فلاں ہوں. جب آپ خود کو اس قابل کر لیں گے کہ مراقبہ کرتے وقت اپنے آپ کو بھول جائیں، یعنی جب قمر ہی درمیان میں نہیں رہے گا تو پھر کون وہاں پر ہوگا. وہاں پر آپ جس کو تصور کریں وہی ہوگا. محبوب تصور کریں محبوب ہوگا، پیر کو تصور کریں تو پیر ہوگا اللہ کو تصور کریں تو اللہ ہوگا. صوفیا کا کہنا ہے کہ جب میں ہی بیچ میں نہ ہوگی تو اللہ وہاں ہوگا.

اگر آپ اسی لفظ پر غور کریں کہ میں کیا ہوں تو پتہ چلے گا کہ میں تو کچھ بھی نہیں مثلاً میں کہتا ہوں کہ میں قمر ہوں، مگر قمر کہاں ہے. کیا میرے ہاتھ پاؤں قمر ہیں، نہیں، یہ اگر کاٹ بھی دیے جائیں تو قمر تو پھر بھی موجود ہے. اس طرح آپ کو پتہ چلے گا کہ آپ حقیقت میں جس کو میں کہتے ہیں وہ کہیں بھی نہیں ہے. اس پر غور کریں. ایسا کرنے سے یہ لازمی نہیں کہ ہر شخص کو اللہ مل جائے، مگر اصول یہی صحیح ہے اللہ ڈھونڈنے کا، اس کے علاوہ کوئی دوسرا بہتر طریقہ نہیں ہے. اپنے آپ کو بھولنا عبادت کا جزو ہے.

رسول پاک ﷺ کا وہ واقعہ تو آپ نے سنا ہوگا. حضرت عائشہ صدیقہؓ بیان کرتی ہیں کہ میں کمرے میں گئی، آپ ﷺ عبادت فرما رہے تھے، ذرا وقفہ آیا تو میں نے آپ ﷺ کو عرض کیا کہ مجھے آپ ﷺ سے کام ہے. آپ ﷺ نے پوچھا تم کون ہو؟ میں نے کہا عائشہؓ آپ ﷺ نے پوچھا کون عائشہؓ. مجھے تعجب ہوا مگر میں نے کہا میں عائشہ بنت ابوبکرؓ آپ ﷺ نے پھر کہا کون ابوبکر؟ میں نے کہا آپ کا دوست ابوبکر صدیقؓ آپ ﷺ نے فرمایا میں کون ہوں؟ حضرت عائشہ صدیقہؓ کہتی پھر میری تاب نہ رہی، ڈر کر کمرے سے باہر بھاگ آئی. اس قسم کے واقعات رسول پاک ﷺ کے ساتھ اکثر پیش آئے.

اب عام سیدھے سادے اور ایمانی جذبہ رکھنے والے پاکستانی مسلمانوں کو یہ باتیں اگر ہمارے مولوی صاحبان خود سمجھیں تو سمجھائیں. اپنے آپ کو بھولنا ہی اصل کام ہے. کسی کے حالات بیان کرنے اور پیش گوئیاں کرنے میں بھی اسی چیز کا بڑا عمل دخل ہے. مغرب میں Prediction (پیش گوئیاں) اور مخفی حالات بتانے کا ایک بڑا مقبول طریقہ ہے جسے medium بننا کہتے ہیں، اسی کا نیا نام انہوں نے Channelling رکھا ہے، یعنی چینل بننا روح کا.

اس میں انسان اپنے آپ کو بھول کر کسی روح کا تصور کرتا ہے کہ وہ اس کی جگہ پر موجود ہے، اور پھر وہ لوگوں کو ان کے حالات بتاتا ہے، ہپناٹیزم میں بھی اصول یہی ہے، انسان پہلے خود کو لاشعوری طور پر ہپناٹائیز کرتا ہے پھر دوسرا خود ہی ہپناٹائیز ہو جاتا ہے. ہر کامیاب فنکار میں خود کو بھولنے کی صلاحیت ہوتی ہے، چاہے وہ اسے شعوری طور پر استعمال کریں یا لاشعوری. کامیاب اداکار جب فلم کے ڈائیلاگ بولتا ہے اور خود کو ایک قسم کے مراقبے (Trance) ٹرانس میں لے آتا ہے یعنی خود پر وہ کیفیت طاری کرتا ہے، پھر اداکار خود بیچ میں نہیں ہوتا، فلم کا اصل کردار بول رہا ہوتا ہے. اس کیفیت کے طاری کرنے کو انگلش میں (Trance) ٹرانس کہتے ہیں.

ہر کامیاب آدمی میں کسی نہ کسی صورت میں یہ صلاحیت ہوتی ہے جسے عموماً وہ اپنے منتخبہ شعبے میں استعمال کرتا ہے. کامیاب لکھنے والا لکھتے وقت کھو جاتا ہے، پھر پین لکھتا چلا جاتا ہے. اسی طرح کامیاب شاعر بھی شعر کہتے وقت کبھی کبھی درمیان سے غائب ہو جاتا ہے، پھر اس کی زندگی کے بہترین شعر ایسے ہی ہوا ہوگا.

اسلام کی روحانیت میں بھی تصور رسولؐ اور پھر تصور اللہ تک چلے جاتے ہیں. کچھ لوگ منصور کی طرح اس مقام پر پہنچ کر طریقت کے آداب بھول جاتے ہیں. اپنے آپ کو بھول جاتے

ہیں اور ان کو سولی چڑھا دیا جاتا ہے، اناالحق کہنے کے جرم میں (مگر غلطی خود منصور کی تھی، ادب کا تقاضہ کچھ اور ہوتا ہے، منصور سے بڑے بھی یہ بات نہیں بولے تھے) عام لوگوں کے لئے پیغام وہی صحیح ہے جو ان کی سمجھ میں آجائے. مغرب والوں کو بھی اپنے آپ کو کھونے اور تصور شیخ کی بات سمجھ آگئی ہے. اور اس کو وہ کیسے استعمال کرتے ہیں، اس سلسلے میں ایک چیمپین تیراک SWIMMER کا واقعہ بیان کیا جاتا ہے. وہ تیراک بچپن میں بڑا مذہبی کرسچن تھا، پھر بڑا اچھا تیراک بن گیا. اس کو Diving میں خصوصی مہارت تھی. اب وہ ڈائیونگ (تختے سے چھلانگ لگانا) کرتے وقت خود کو بھول جاتا تھا اور اپنی جگہ ایسی ہستی کا تصور کرتا تھا جو مکمل (Perfect) ہے اور غلطی نہیں کرسکتی. اس کو ایک ہی ایسی ہستی معلوم تھی جن کا نام حضرت عیسیٰؑ ہے، تو پھر تصور میں اس کی جگہ پر مقابلے میں حضرت عیسیٰؑ چھلانگ لگاتے تھے. وہ دنیا کا چوٹی کا Diver بن گیا تھا.

گورے تصور اللہ تک نہیں پہنچ سکتے کیونکہ یہ مادہ پرست ہیں، جو چیز دیکھ نہ لیں ان کا ذہن نہیں مانتا. یہی ان کی دنیاوی ترقی کا راز ہے کہ پھر یہ سارا زور مادی ترقی دیتے ہیں. خود کو بھولنے کی صفت کو عام لوگ اس طرح استعمال کرسکتے ہیں کہ وہ جب کسی ایسی صورتحال میں ہوں جہاں وہ خود اعتمادی (Confidence) کھو رہے ہوں، تو اس وقت وہ یہ تصور کریں کہ اگر فلاں اہم شخص ان کی جگہ پر ہوتو اس کا ان حالات میں رویہ کیا ہوگا. خود کو بھول کر اس دوسرے کو تصور کریں. اس وقت آپ نے کسی بہت ذہین اور خود اعتماد شخص کا تصور کرنا ہے.

ہمارا لاشعور بھی اسی طرح کسی نہ کسی کا اثر یا ریفلکشن اندر بٹھا لیتا ہے، پھر پہلے ہماری اندرونی شخصیت اس میں ڈھلتی جاتی ہے، پھر ہماری بیرونی شخصیت پر اس کا اثر آتا ہے. لیکن یہ اثر اسی وقت صحیح اور جلدی اور مضبوط ہوتا ہے جب ہم اپنی پہلی شخصیت اور اپنے پہلے خیالات کو بھول جائیں اور جس کا ریفلیکشن ہم اندر بٹھا رہے ہیں، اس سے واقعی متاثر (Impress) ہو جائیں. مگر اس نکتے کو کم ہی لوگ سمجھتے ہیں وہ پیر کے پاس جا کر بھی علمی مقابلہ اور تقابل کرنے میں لگے رہتے ہیں.

صوفیا کے خود کو بھولنے کے متعلق فرمان

ابوالحسن خرقانی سے کسی نے دریافت کیا: ''صوفی کون ہوتا ہے'' آپ نے جواب دیا ''صوفی وہ نہیں جو صوفیوں کا سا لباس پہنے اور سجادہ نشین بن بیٹھے. نہ صوفی وہ ہے کہ صوفیوں کے

سے رسم ورواج کا پابند ہو، بلکہ صوفی آن بود کہ نہ بود. یعنی صوفی وہ ہے جو خود نہ رہے''.

حضرت ابو عبداللہ حنیفؒ نے خود کو بھولنے سے متعلق فرمایا. اس میں آپ کا طریق غیبت (غائب ہونا) اور حضور (حاضر ہونا)، پس حضور سے مراد حضور دل ہے یقین کے ساتھ، اور غیبت سے مراد کا دل غائب ہونا ہے ذوق حق سے. اس حد تک کہ جب غیب ہوتا ہے تو اپنے آپ سے بھی غیب ہو جاتا ہے. پس اپنے آپ سے غیب ہونا حق کے ساتھ حاضر ہونا ہے اور حق کے ساتھ حاضر ہونا اپنے آپ سے غیب ہونا ہے'' (یہ وہی بات ہے جو اس باب کے شروع میں خود سے بھولنے سے متعلق بیان کی گئی ہے).

روحانیت میں جو شخص کسی نہ کسی حد تک خود کو بھولنا نہیں سیکھتا اس کی ترقی بہت ہی آہستہ ہوتی ہے. تقریباً ہر قسم کے مراقبات میں اس کی ضرورت ہوتی ہے. انسان اسے سیکھ لے تو اپنے جگہ پر بیٹھے بیٹھے مراقبے کے دوران مختلف جگہ پر روحانی طور پر موجود ہو سکتا ہے. اس میں بعد میں یہ بھی شروع ہو جاتا ہے کہ انسان کا اندرونی جسم (جسم نوری) اس دوسری جگہ پر ظاہر ہو جاتا ہے اور لوگ اسے باقاعدہ دیکھتے ہیں اور اصل سمجھ کر اس سے بات چیت بھی کرتے ہیں. لیکن جو آدمی خود کو بھولنا نہیں سیکھتا وہ کبھی تو اس دوسری مطلوبہ جگہ کا تصور کرتا ہے اور کبھی اپنے گھر کا (جہاں بیٹھا وہ مراقبہ کر رہا ہے)' اس طرح کرنے سے دوسری جگہ پر موجود ہونا یا وہاں ہونے والی چیزیں دیکھنا بھی ممکن نہیں رہتا. آپ جو کام بھی کرتے ہیں ایک ہی وقت میں ایک ہی کیجئے. اگر یہاں ہیں تو یہاں ہی رہیں وہاں جاتے ہیں تو وہاں ہی رہیں.

''مراقبات ومجاہدات میں یہ بڑا باریک مگر اہم نکتہ ہے.'' کوئی بھی روحانی کام کرتے وقت توجہ دو طرف ہونی یا دو جگہ پر ہونی اسے ناکام بنا دیتی ہے. کسی کا فاصلے پر روحانی علاج کرتے وقت بھی خود کو صرف اسی جگہ پر حاضر تصور کیجئے جہاں وہ شخص موجود ہے. (گو کچھ کامیاب تجربات کے بعد پھر آپ کو دوسری جگہ کا تصور کرنے کی ضرورت نہیں رہتی علاج خود ہی ہوتا رہتا ہے).

اس لمحے میں رہنا

اس لمحے میں رہنے کا مطلب یہ ہے کہ آپ اس وقت یہ لفظ پڑھ رہے ہیں تو آپ کو ذہنی طور پر یہاں ہی موجود ہونا چاہئے. آپ جو کچھ بھی کر رہے ہیں آپ کو ذہنی طور پر بھی اسی موقع پر

موجود ہونا چاہئے، گاڑی چلا رہے ہیں تو پھر ذہن سامنے سڑک پر رکھئے. اس لمحے میں رہنے کا مطلب یہ ہے کہ کوئی بھی کام یا کسی سے بات چیت یا کچھ بھی کرتے وقت انسان ماضی کا نہ سوچے، مستقبل یا چند منٹ بعد کرنے والی چیز کی اگر نہ کرے بلکہ اسی ایک سیکنڈ میں جو کچھ کر رہا ہے اس پر ہی توجہ دے. اسی لمحے میں رہنا اتنا وسیع اور دلچسپ موضوع ہے کہ اس پر کئی ضخیم کتابیں لکھی جا سکتی ہیں زیادہ لکھنا میری کتاب کے مقصد سے باہر ہے، مجھے تھوڑے سے وقت میں زندگی کے ہر اہم مسئلے کو لوگوں کے سامنے لانا اور اس کی اہمیت بتانی اور کچھ حل بتانا ہے.

اگر آپ اس لمحے میں نہیں رہتے تو آپ زندگی کے ساتھ انصاف نہیں کر رہے. مثلاً اگر آپ اپنا پسندیدہ کھانا جو آپ کو دو ماہ کے بعد کھانے کا موقع ملا ہے کھا رہے ہیں. آپ کا ذہن کہیں غیر حاضر ہے اور غیر حاضر ذہن عموماً پریشانوں کی طرف ہی جھکتا ہے. آپ کو اس بہترین کھانے کا کوئی مزا نہیں آئے گا، بلکہ الٹا یہ آپ کو معدے کے لئے نقصان دہ ہوگا. اب اسی کھانے کو دماغی طور پر حاضر ہو کر کھایئے، دیکھیں کتنا فرق ہوگا. کوئی بھی انتہائی پسندیدہ کام کرتے وقت بہت سے لوگ یہی غلطی کر رہے ہوتے ہیں.

بہت سے لوگوں کو یہ مشکل ہوتی ہے کہ وہ بیٹھے ایک جگہ ہیں ان کا ذہن ہر وقت کہیں اور موجود اور غیر حاضر رہتا ہے. اب مثلاً وہ کسی سے بات چیت میں مصروف ہیں، ادھر دوسرے آدمی نے اپنی بات سنانی شروع کی ادھر ان کا ذہن حسب معمول کہیں اور پہنچ گیا تھوڑی دیر کے بعد دوسرے آدمی کو احساس ہوتا ہے کہ وہ اس کی بات پر توجہ نہیں دے رہے. اس کا مطلب وہ یہی لے گا کہ ان کو اس کی بات میں دلچسپی نہیں ہے اور وہ ان سے بات چیت ختم کر کے کسی ایسے سے باتیں شروع کر دے گا جو اس کی بات میں دلچسپی لے گا. آہستہ آہستہ لوگ ان سے بات چیت کرنے میں زیادہ دلچسپی لینا چھوڑ دیں گے. سیانے یہ کہتے ہیں کہ آدمی یا اچھا بولنے والا ہونا چاہئے یا اچھا سننے والا. دماغی طور پر غیر حاضر رہنے والا شخص نہ اچھا سننے والا ہو سکتا ہے نہ اچھا بولنے والا. کیونکہ اچھے بولنے والے کو دوسروں کی بات سننی بھی آنی چاہئے. اور دوسرے کی بات میں دلچسپی لینا بھی آنا چاہئے، چاہے وہ کوئی غیر دلچسپ بات یا موضوع پر ہی بول رہا ہو.

اس کے علاوہ ایک اور مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ اگر آپ کا ذہن کسی سے بات چیت کرتے وقت وہاں سے غیر حاضر ہو گیا تو عموماً ایسے وقت میں انسان کا ذہن ادھورے چھوڑے ہوئے کام اور پریشانیوں کو حل کرنے کی کوشش کرتا ہے. اب یہ انسان کی فطرت ہے کہ اگر وہ کسی خوشگوار لمحے یا

واقعے کا سوچ کو خوشی اور توانائی محسوس کرتا ہے اور اگر وہاں بیٹھے بیٹھے ہی کسی پریشان چیز یا موقع کا سوچے تو اداس اور Depress ہو جاتا ہے۔ ذہنی طور پر غیر حاضر لوگ عموماً ایسے موقعوں پر پریشانیوں کا سوچتے ہیں تو اداس اور Depress ہو جاتے ہیں، ان کی توانائی کم ہو جاتی ہے جس کا لامحالہ اثر ان سے بات چیت کرنے والے پر پڑتا ہے۔

زیادہ تر لوگ خوش باش اور توانائی سے بھرپور لوگوں سے بات چیت پسند کرتے ہیں، اداس بندے سے باتیں کر کے ہر کوئی خود کو اداس محسوس کرتا ہے۔ توانائی کی حالت میں ہی انسان اچھے موڈ میں ہوتا ہے۔ ذہنی طور پر غیر حاضر لوگوں کو بہت سے مسائل اور بھی پیدا ہو جاتے ہیں۔ وہ ذہنی طور پر فرار کا راستہ ڈھونڈ لیتے ہیں، وہ اپنے حال کو دیکھنا نہیں چاہتے حالات کو سمجھنے سے ہی ان کی بہتری ہو سکتی ہے، حالات کچھ effort اور جدوجہد سے تبدیل ہوتے ہیں۔ حالات سے بھاگنے والا کبوتر کی طرح ہوتا ہے جو بلی کو دیکھ کر آنکھیں بند کر لیتا ہے آنکھیں کھولیں یا بند کریں، بلی وہاں موجود رہے گی۔ ان میں سے کچھ لوگ ماضی کی یادوں میں پناہ لے لیتے ہیں، پھر انہیں حال خراب، مستقبل خراب تر اور ماضی ہر روز بہتر سے بہتر تر نظر آتا ہے۔ یہ سب فرار کے طریقے ہیں۔ اس کے اور بھی بے شمار طریقے ہیں۔

اسی لمحے میں رہنے کا ایک اور پہلو بھی ہوتا ہے وہ یہ کہ جو اس وقت موجود ہے اس سے لطف اندوز ہوں، کل کی فکر نہ کریں۔ ہم میں سے زیادہ تر لوگ مستقبل کی فکر میں ہی مرے جاتے ہیں اور اس فکر میں آج کو بھول رہے ہیں، آج سے لطف اندوز نہیں ہو رہے۔ یہ ایک طرح کی ناشکری ہے اور خدا کو ناشکری پسند نہیں۔ اس چیز کی کیا گارنٹی ہے کہ کل بھی اچھا ہو گا، یعنی مستقبل میں بھی یہی حالات ہوں گے اور اگر حالات اچھے بھی ہوئے تو پھر بھی آپ حسب عادت پھر آنے والے کل کی فکر میں نہیں مرے جا رہے ہوں گے۔ اس لیے آج ہی خوش ہوں۔

آپ اپنے آج کو اچھا بنایئے۔ اپنی زندگی، اپنی اللہ کی دی ہوئی آسائشوں سے لطف اندوز ہوں، کل کی فکر کل خود کر لے گا۔ ایک محاورا یہ بھی ہے کہ کل کس نے دیکھا ہے۔ ہر آدمی اپنے حالات پہلے سے بہتر بنا سکتا ہے اگر وہ اس لمحے میں رہنا اور اپنے آپ کو حالات کی رو میں کھلا چھوڑ دینا سیکھ لے (خود کو حالات کی رو میں چھوڑنے کا تفصیلی ذکر صبر کے باب میں موجود ہے)۔ یہ بھی مت بھولیں کہ ماضی تبدیل نہیں ہو سکتا، مستقبل آپ کے قابو سے باہر ہے، صرف حال ہی تو تبدیل کیا جا سکتا ہے، اسے تبدیل کریں، پھر مستقبل خود ہی بہتر ہو جائے گا۔ بہت سے

لوگوں کا یہ مسئلہ بھی ہوتا ہے کہ وہ بات چیت کرتے وقت مدمقابل کے آنکھوں میں نہیں دیکھتے، اگر وہ ادھر دیکھیں بھی تو بڑا سرسری سا دیکھیں گے۔ اس لیے سامنے والے سے آئی کانٹیکٹ صحیح نہیں ہوتا کہ دوسرا کیا سوچ رہا ہے۔ اس کے خیالات، اس کے جذبات کیا ہیں۔ یہ لوگ دراصل اپنے جذبات Emotion میں دیکھتے ہیں۔ اپنے مدمقابل کی آنکھوں میں جھانکیں، کہ وہ کیا چاہتا ہے۔ اس کو بھانپیں، پولیس والوں کی طرح (لیکن پنجاب پولیس کی طرح نہیں)۔

تقریباً ہر بڑا اور ذہین آدمی ایسے ہی کرتا ہے، عقابی آنکھیں ایسے ہی ہوتی ہیں۔ عموماً لوگوں کی آنکھوں میں نہ دیکھنے والے یعنی صحیح Eye Contact نہ کرنے والے بلاوجہ ہی ہر وقت جلدی میں رہتے ہیں ان کو ہر وقت اس موجودہ جگہ سے کہیں اور جانے کی جلدی ہوتی ہے، مگر اس دوسری جگہ پر پہنچیں تو پھر بھی انہیں کسی اور جگہ جانے کی جلدی رہتی ہے۔ دراصل ایسے لوگ فراریت پسند (Escapist) ہوتے ہیں، حقیقت سے بھاگنا چاہتے ہیں۔ یہ لوگ کوئی بھی مراقبہ یا ذہنی یکسوئی کا کام صحیح طریقے سے نہیں کر سکتے۔

انہیں اس لمحے میں رہنے کی مشق کرنا چاہیے جو کہ بالکل آسان ہے، پھر آہستہ آہستہ یہ عادت بن جاتی ہے۔ انہیں یہ بھی سوچنا چاہیے کہ پہلے ساری عمر ایسے ہی جلدی میں رہ کر انہوں نے اپنا کوئی فائدہ نہیں کیا آئندہ بھی نہیں ہو گا۔ اسی لمحے میں رہنے والا انسان ہی فائدے میں ہوتا ہے۔

جب یہ اصول انسان کو معلوم ہو جائے اور اس کی سچائی کا یقین ہو جائے تو پھر انسان خود کو تبدیل کر لیتا ہے۔ یہ یاد رکھیں کہ زندگی کا اصلی لطف اسی لمحے میں رہ کر ہی اٹھایا جا سکتا ہے اور اپنی سب صلاحیتوں کو بھی اسی طریقے سے بہت بہتر طریقے سے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ ہر انسان کو اس کی مشق کرنی چاہیے۔ اس طرح میں رہنے کا ایک اور بہت بڑا فائدہ یہ ہے کہ یہ آپ کو بے پناہ توانائی دیتا ہے، جو کہ اپنا ہر کام صحیح طریقے سے کرنے کے لیے ہی نہیں بلکہ خوش اور ہنس مکھ رہنے کے لیے بھی ضروری ہے۔

مراقبات

روح اپنی توانائی ہماری عام پانچ حسوں کے ذریعے باہر بھیجتی ہے جو کہ دیکھنا، سننا، محسوس کرنا، بولنا، چکھنا ہیں۔ لیکن جب یہ پانچوں حسیں کنٹرول کی جاتی ہیں اور توجہ اندر کی طرف کی جاتی ہے تو پانچوں حسیں اندر کا رخ کرتی ہیں۔ پھر انسان کی روح بھی اندر کی طرف متوجہ ہو جاتی ہے۔

اس کے لیے انسان کا جسم، ذہن اور حسین سب ریلیکس ہونی چاہئیں، پھر اندرونی حسین جاگنے لگ پڑتی ہیں اور جب روح اندر کا رخ کرتی ہے تو انسان اندر روز بروز گہرائی میں اترتا چلا جاتا ہے. کوئی ورد کرتے وقت بھی توجہ اپنے اندر رکھیں تو پھر انسان کو خود کو سمجھنے میں بڑی آسانی رہتی ہے اور جو خود کو سمجھ لے وہ خدا کو بھی سمجھ سکتا ہے.

خدا کو بھی اسی طریقے سے پایا جا سکتا ہے. اندرونی حسیں جاگنے میں انسان اپنی چھٹی حس کو بھی محسوس کر لیتا ہے، اپنے اندر کی آواز سننے میں آسانی ہوتی ہے اور پھر انسان اسی طرح دوسروں کے اندر کی آواز بھی سن لیا کرتا ہے. ہم عام حالات میں اپنی بیرونی خول، دیکھنے، سننے میں آسانی ہوتی ہے اور پھر انسان اسی طرح دوسروں کے اندر کی آواز بھی سن لیا کرتا ہے. ہم عام حالات میں اپنی بیرونی خول، دیکھنے، سننے وغیرہ میں مصروف رہنے کی وجہ سے اپنی توجہ اپنے اندر کم ہی کر پاتے ہیں، مراقبے میں اپنی ان حسوں کی طرف سے توجہ پوری طرح ہٹا کر اپنے اندر یا مطلوبہ کسی بھی ایک چیز کا تصور کیا جاتا ہے، اسی ایک چیز کا تصور کرنے کو مراقبہ کہتے ہیں.

جو اپنے اندر کی آواز نہیں سن سکتا وہ دوسروں کے اندر کو کیا سن سکے گا. اس لیے خود سے ہی ہر چیز کی شروعات کریں.



باب نمبر ۹

صحبت، امپریشن، ریفلیکشن

سیانے کہتے ہیں آدمی اپنی صحبت سے پہچانا جاتا ہے.

اچھے لوگوں کی صحبت میں رہ کر آدمی اچھا ہو جاتا ہے اور برے کی صحبت میں رہ کر برا. خصوصاً نوجوانوں پر اس کے اثرات بڑے جلدی پڑتے ہیں. سماج دشمن شخص کے پاس اگر کوئی نوجوان اٹھے بیٹھے گا تو تھوڑے عرصے کے بعد اس میں اسی شخص کا برا اثر آ جائے گا اور وہ بھی سماج دشمن ہو جائے گا. اور خود اس کو معلوم نہیں ہوگا کہ وہ ایسے کیوں بن گیا ہے. ایک حدیث پاک ﷺ (بخاری) کو میاں محمد نے اپنی شاعری میں کیا خوب بیان کیا ہے.

بے درداں دی یاری ایویں جیویں دوکان لوہاراں
کپڑے بھانویں بچ بچ بووے چنڑنک پون ہزاراں
درد منداں دی یاری ایویں جیویں دوکان عطاراں
سودا بھانویں لیے نہ لیے ہلے ملن ہزاراں

ترجمہ: بے دردوں کی صحبت اس طرح ہے جیسے لوہار کی دوکان، چاہے آپ جتنی بھی صفائی کر کے بیٹھیں پھر چنگاریاں پڑتی رہیں گی دردمندوں کی صحبت اس طرح ہے، جیسے خوشبو والے کی دکان ہے آپ چاہے سودا لیں یا نہ لیں خوشبو پھر بھی آپ کو آتی رہے گی.

اور یہ بھی کہا ہے:

بے درداں دی الفت مندی نیچاں دی آشنائی
نیچاں دی آشنائی کولوں فیض کسے نہ پایا
کِکر تے انگور چڑھایا ہر گچھا زخمایا

ترجمہ: بے دردوں کی الفت خراب ہوتی ہے اور نیچ لوگوں کی آشنائی اور اس طرح نیچ لوگوں کی آشنائی سے کسی کو فیض نہیں ملا. یہ اسی طرح ہے جیسے کیکر کے درخت پر انگور کی بیل چڑھائی جائے تو اس کا ہر گچھا زخمی ہو جاتا ہے.

اگر آپ کسی غلط شخص کے ساتھ اٹھتے بیٹھتے ہیں اور آپ کو یہ بات معلوم ہے کہ یہ شخص غلط ہے مثلاً جواری ہے اور آپ اس کی باتوں میں نہیں آتے. لیکن کسی دن ایسا ہوگا کہ آپ پریشان ہوں گے، گھر میں کسی سے لڑائی ہوگئی ہے یا کوئی سیریس معاملہ پیش آ گیا ہے. اس وقت آپ ذہنی طور پر کمزور ہوتے ہیں کیونکہ آپ کا دماغ کام نہیں کر رہا. اس وقت اس شخص کا وار آپ پر اثر کر جائے گا. آپ کو ہمدردی کی بھی تلاش ہے، اس وقت جس چیز سے آپ بچتے رہے ہیں وہ شخص آپ کو اس پر لگا لے گا.

برا شخص ویسے بھی اس کوشش میں رہتا ہے کہ وہ خود تو بدنام ہے مگر دوسروں کا اچھا نام کیوں ہے وہ انہیں بھی خراب کرے. برے شخص کا ایک ہی حل ہے کہ آپ اس سے دوستی چھوڑ دیں. دوسری طرف اچھوں کے بارے میں یہ بھی کہا گیا ہے کہ عالم سے ایک گھنٹے کی گفتگو دس برس مطالعے کے برابر ہے.

بچوں کی صحبت ہی دیکھ کر آپ اندزہ لگا سکتے ہیں کہ آپ کے بچے صحیح طرف جا رہے ہیں یا غلط طرف، بلکہ بچے اپنے جیسے بچوں میں بیٹھنا پسند کرتے ہیں، اگر آپ کا بچہ اپنے آپ کو بے وقوف سمجھتا ہے تو وہ بے وقوف بچوں کے ساتھ بیٹھ کر خوش ہوگا. بچوں کی طرح ہم سب لوگ بھی اپنی ہی قسم اور ذہنی سوچ اور ذہانت کے لوگوں میں بیٹھ کر خود کو آسودہ (Comfortable) محسوس کرتے ہیں، دوسری ذہنی سطح کے لوگوں میں ہمارا گزارا نہیں ہوتا. یہ بڑی گہری بات ہے. بچوں سے ہی آپ یہ سبق سیکھ سکتے ہیں کہ ہر ایک شخص اپنی قسم کی طرف کشش کرتا ہے جواری جواری کی طرف، شرابی شرابی کی طرف، مذہبی مذہبی کی طرف، لڑاکا لڑاکے کی طرف، فراڈیا فراڈیے کی طرف ٹھرکی ٹھرکی کی طرف. جب بھی آپ دو آدمیوں کو چند بار اکٹھا دیکھ لیں تو اس کا مطلب ہے ان میں کوئی چیز عادت مشترکہ (Common) ہے، ورنہ وہ دوسری تیسری بار نہ ملتے.

شیخ سعدی نے اس کی دلچسپ مثال دی ہے. کہتے ہیں "میں نے سنا تھا کہ جب بھی کوئی دو اکٹھے ہوں تو ان میں کوئی چیز مشترکہ ہوتی ہے. میں ایک دن شہر سے نکل کر ویرانے کی طرف گیا، وہاں دیکھا تو ایک ہرن اور ایک کوا اکٹھے بیٹھے ہیں. میں نے سوچا جنگل بیابان ہے، ان میں کیا چیز مشترکہ ہے کہ یہ اکٹھے بیٹھے ہوئے ہیں. جب میں قریب گیا تو دونوں مجھے دیکھ کر بھاگ پڑے، تو میں نے دیکھا وہ دونوں لنگڑے تھے."

یہی بات ایک دن ایک ڈچ پامسٹ سے کہی، وہ سن کر کہنے لگا کہ یہ بالکل صحیح ہے. آج صبح

میں ٹرین پر یہاں آ رہا تھا، میرا ڈبہ تقریباً خالی تھا. وہاں ایک عورت بیٹھی تھی جس کی ٹانگ پر پلستر چڑھا ہوا تھا، وہ ایک سٹاپ پر اتر گئی. اس سٹاپ پر دوسری طرف سے ایک اور بوڑھی عورت چڑھی جس نے بیساکھی پکڑی ہوئی تھی، اس کی ٹانگ پر بھی پلستر چڑھا ہوا تھا. اب تقریباً سارا ڈبہ خالی ہے اس نے دائیں بائیں دیکھا، پھر اسی جگہ کو پسند کر کے بیٹھ گئی جہاں سے پہلی بیساکھی والی اٹھی تھی اسے اس جگہ سے اپنی قسم کی انرجی محسوس ہوتی تھی. یہی بات دوسرے دن اپنے دوست طارق بٹ کو (جو پاکستان میں جلال پور جٹاں کا رہنے والا ہے) شغل میں بتائی تو وہ کہنے لگا پنجابی میں "ایہہ گل بالکل صحیح اے، ساڈے وی سارے شہر دے حرام دے روز شامی فلاں گلی وچ اکٹھے ہو جاندے نیں، چار چار محلے ٹپ کے" (یہ بات بالکل صحیح ہے، ہمارے سارے شہر کے حرامی روز شام فلاں گلی میں اکٹھے ہو جاتے ہیں، چار چار محلے سفر کر کے)

اس پر مجھے ایک شعر یاد آ گیا کہ "کند ہم جنس باہم جنس پرواز، کبوتر با کبوتر باز با باز" شاید وہ اکٹھے ہونے والے یہ شعر بھی پڑھتے ہوں گے، خود کو باز اور دوسروں کو کبوتر کہتے ہوں گے. جس سے بھی میں نے بات کی اس نے اس سے اتفاق کیا اور اپنا بھی کوئی نہ کوئی تجربہ بیان کیا. آپ ایک جوارے کو لے لیں، پاکستان کے کسی گاؤں سے لیں، یورپ کے کسی شہر میں سٹیشن پر چھوڑ دیں. اب یہ شخص انگریزی نہیں بولتا ہے اس کو گھنٹہ ڈیڑھ پھرنے دیں، اس کے بعد کوئی نہ کوئی ناواقف شخص اس کی طرف بات چیت کرنے آئیگا. آدھے سے زیادہ واقعات میں آنے والا شخص بھی جواریا ہوگا. یہ تو بات کشش Attracrtion کی رہی، صحبت کا اثر بھی بڑا دلچسپ ہوتا ہے. اچھے آدمی سے اچھی لہریں نکلتی ہیں اور برے آدمی سے بری لہریں. جو بھی قریب آتا ہے اس پر انکا اثر ہوتا ہے. اب ان میں سے جس شخص کی لہریں طاقتور ہیں، دوسرا اس کا اثر قبول کر لیتا ہے.

میرا ایک دوست سہیل جو کہ ڈسکہ کا رہنے والا کرسچن ہے اکثر میری دوکان پر آتا رہتا تھا. کچھ عرصے کے بعد ایک دن کہنے لگا کہ میری عادتیں تبدیل ہونے لگ پڑی ہیں، میں اب پچھلوں (پاکستان کے رشتہ داروں) کا ہر وقت سوچتا رہتا ہوں، یہاں بھی لوگوں کی مدد کرنے لگ پڑا ہوں یہ کیا وجہ ہے. مجھے ہنسی آ گئی، میں نے کہا "مجھے ملنا چھوڑ دو تمہیں بھی میرے سے یہ بیماری لگ گئی ہے اور بھی کافی لوگوں کو لگ چکی ہے تم گئے اب کام سے."

اسی طرح کی ایک دوسری بات ہوئی. میں ۱۹۹۶ء اور ۱۹۹۷ء میں مختلف شہروں پامسٹری

اور روحانی علاج کے سلسلے میں جایا کرتا تھا، ہر ویک اینڈ پر مختلف شہروں میں یہ میلے ہوا کرتے ہیں جن کو ہالینڈ کی زبان میں Paranormal Beurs کہا جاتا ہے ایک دفعہ میں ہالینڈ کے شہر ڈن بوس گیا، وہاں ایک عورت ہاتھ دکھانے آئی تقریباً 32-33 سال عمر کی ہوگی، خاصی خوش شکل تھی. میں نے اسے اس کے حالات وغیرہ بتائے، کچھ ایڈوائز وغیرہ بھی کی. اس کے گھٹنے میں درد تھا جس کا علاج کیا وہ چلی گئی.

تقریباً 7-8 ماہ کے بعد مجھے پھر ڈن بوس میلے پر جانے کا اتفاق ہوا. وہ عورت پھر دوبارہ آئی، مجھے اس کی شکل یاد نہیں تھی. مجھے کہنے لگی، میں 8 ماہ پہلے ہاتھ دکھانے آئی تھی، تمہاری باتوں اور تم نے مجھ پر بڑا گہرا اثر کیا تھا اور اس کے بعد میں تمہارے بارے میں روز سوچتی رہتی تھی. (میں نے کہا اللہ خیر کرے) لیکن عجیب بات یہ ہوئی کہ میری شخصیت تبدیلی ہونی شروع ہوگئی میں 30 سال سے اوپر ہوں، میں ہمیشہ ناخوش نروس اور گھبرانے والی تھی. لیکن تم سے ملنے کے بعد میں تبدیل ہوتی چلی گئی. اب میں بالکل نروس نہیں ہوتی، ہر وقت خوش رہتی ہوں، یہ کیا وجہ ہے لیکن ہوا یہ تمہاری وجہ سے ہے.''

اب آپ اندازہ کریں کہ میں صرف ایک دفعہ اس سے ملا، لیکن صرف میرے بارے میں سوچنے سے اس کی شخصیت میں اتنی تبدیلی آگئی. مجھے مختلف لوگوں سے اس قسم کا تجربہ ہو چکا تھا، لیکن واقعی دوسروں کی شخصیت اگر مضبوط ہو تو بڑا جلدی اس کا اثر ہوتا ہے. پیر اور مرید میں بھی یہی تعلق بڑا کام کرتا ہے لیکن عموماً پیروں کو بھی اس کا پتہ نہیں ہوتا.

اصلی پیر بڑے کم ہوتے ہیں جن کو ان باتوں کا علم ہے. ایک اور اہم بات یہ ہے کہ بیوقوف کی دوستی چھوڑ دیں. اس میں کچھ لوگوں کو اعتراض ہوگا کہ دوست ہونے کے لیے عقلمند ہونا ضروری نہیں ہے. لیکن پہلی بات تو یہ کہ آپ بیوقوف کے ساتھ رہ کر اس سے کچھ سیکھ نہیں سکتے، بلکہ الٹے خود اس جیسے بنتے چلے جائیں گے. یہ آپ کے آس پاس کچھ نہ کچھ خرابی کرتا ہی رہے گا. پھر اپنے خیال میں آپ کا فائدہ کرے گا مگر ہو نقصان جائے گا.

جیسے مولانا روم نے مثنوی میں ایک قصہ بیان کیا ہے ''ایک پہلوان جنگل میں جا رہا تھا. اس نے دیکھا کہ ایک ریچھ کو اژدھے نے جکڑ رکھا ہے اور اسے مارنے والا ہے، ریچھ اس کے چنگل میں بالکل بے بس ہو گیا تھا. پہلوان نے تلوار نکال کر اژدھے پر ایک ہی وار کیا اور اس کا سر اڑا دیا. ریچھ آزاد ہو کر پہلوان کا بڑا احسان مند ہوا اور اس کے ساتھ ہی رہنے لگا. ایک درویش

نے جب دونوں کو اکٹھا دیکھا تو پہلوان سے کہا کہ تم اچھے آدمی لگتے ہو اسی لیے ریچھ تمہارے ساتھ ہے. لیکن بہتر ہے اس کا ساتھ چھوڑ دو کیونکہ بیوقوف دوست کا ساتھ اچھا نہیں ہوتا، میں اس کی جگہ تمہارے ساتھ چلتا ہوں. یہ (پہلوان عموماً دماغی طور پر بھی پہلوان ہی ہوتے ہیں) کہنے لگا کہ یہ میرا وفادار دوست ہے، اگر کوئی میری طرف آنکھ اٹھا کر بھی دیکھے تو یہ اس کے پیچھے پڑ جاتا ہے، تم میرے لیے کیا کر سکتے ہو؟ اور وہ درویش کھیاں اڑا رہا تھا ایک مکھی بار بار اس کے منہ پر آکر بیٹھ جاتی تھی، ریچھ کے اڑائے نہیں اڑتی تھی. ریچھ نے غصے ہو کر پاس سے ایک بڑا سا پتھر اٹھایا اور پہلوان کے منہ پر بیٹھی مکھی پر دے مارا اور پہلوان کا بھیجا نکال دیا.''

بے وقوف کی دوستی کا یہی انجام ہوتا ہے.

بے وقوف کی دوستی میں ایک اور بڑا دھڑکا یہ لگا رہتا ہے کہ برسوں آپ کی دوستی کے بعد ایک دن کسی اور کی باتوں میں آکر آپ سے برسوں کی بنائی ہوئی دوستی ختم کر دے گا. بلکہ الٹا آپ کا دشمن بھی بن سکتا ہے اور چونکہ آپ کے قریب رہنے کی وجہ سے آپ کے رازوں کا واقف ہوتا ہے اس لیے بہت خطرناک ثابت ہو سکتا ہے (دشمن اکثر آپ کے قریبی ہی بنا کرتے ہیں).

حضرت عیسیٰ ایک دن بھاگے جا رہے تھے، ایک واقف نے روکا اور بھاگنے کی وجہ پوچھی. حضرت عیسیٰ کہنے لگے کہ بے وقوف سے بچنے کے لیے بھاگ رہا ہوں. حضرت عیسیٰ جیسا پیغمبر بھی بے وقوف سے عاجز آکر بھاگ رہا تھا. بے وقوف نے ان کا کیا بگاڑ لینا تھا لیکن ہمارے لیے انہوں نے ایک عملی مثال دی تھی. بے وقوف پر اللہ کی مار ہوتی ہے. اللہ ویسے بھی جس بڑے یا اہم آدمی کو سزا دینا چاہتا ہے تو اس کی عقل پر پردہ ڈال دیتا ہے، پھر اس کے سب کام الٹ ہی ہوتے جاتے ہیں، چاہے وہ فرعون ہو یا آج کل کا کوئی بڑا آدمی یا بڑا شیطان. اللہ کوئی کلاشنکوف لیکر مارنے نہیں آیا کرتا. بس عقل پر پردہ ڈال دیتا ہے.

دوسری طرف اچھے آدمی کی صحبت کا اثر بہت اچھا ہوتا ہے اور یہ اثر بڑا عجیب ہوتا ہے خصوصاً رہنما کی صورت میں یہ بڑی جلدی اثر کرتا ہے. ایک آدمی کا اثر سارے محلے سارے شہر اور کبھی کبھی ساری قوم تک جا پہنچتا ہے. اس میں رہنما کو اپنے مقصد کی سچائی پر روح کے اندر تک یقین ہونا چاہیے.

مصطفیٰ کمال پاشا اکیلا آدمی جدید ترکی کا بانی کہلاتا ہے، اس نے پہلی جنگ عظیم میں ہاری

ہوئی قوم کو واپس کھڑا کر دیا (گو قوم اندر سے تیار ہو تو پھر کھڑی ہی رہتی ہے ورنہ واپس گر جایا کرتی ہے)۔ دوسری طرف ہٹلر اکیلے آدمی نے پہلے ساری قوم پھر ساری دنیا کو جنگ عظیم دوئم میں دھکیل دیا۔ جس کے نتیجے میں یورپ میں جنگ کے دوران زبردست صنعتی ترقی ہوئی اور دوسری طرف یورپ کا بہت زیادہ پیسہ امریکہ منتقل ہو گیا اور ایک نئے دور کی ابتداء ہو گئی۔ اسلام کا خانقاہی نظام بھی اسی اصول پر کام کرتا ہے۔ پیر کا تصور کرنے سے پیر کی روحانیت مرید میں منتقل ہونی شروع ہو جاتی ہے بلکہ کچھ سالکوں کا خیال اور یقین ہے کہ رسول پاک ﷺ کی روحانیت آپ ﷺ سے اسی طریقے سے صحابہ کرام سے ہوتی ہوئی تابعین، پھر تابع تابعین سے چلتی ہوئی صوفیائے کرام کے ذریعے ابھی تک کام کر رہی ہے۔

بری صحبت کے بارے میں حضرت علی ہجویریؒ فرماتے ہیں ''غافل امراء، کاہل فقراء اور جاہل درویشوں کی صحبت سے پرہیز کرنا عبادت ہے۔'' اچھی صحبت کے بارے میں مہاتما بدھ نے فرمایا ''ایک دیوتا کے سامنے سو سال سر جھکانے سے کہیں بہتر ہے کہ تم ایک پرہیزگار شخص کی صحبت میں بیٹھو۔''

روحانیت اسلام میں تصور شیخ پر بڑا زور دیا گیا ہے اس کا اصول سمجھنے کی ضرورت ہے کہ یہ کیا ہے اور کیسے کام کرتا ہے۔ دراصل ہم سب کسی نہ کسی کا تصور منعکس کرتے ہیں۔ روحانیت کے علاوہ شاعروں، فلاسفروں، موسیقاروں اور فنون لطیفہ میں بہت سے کامیاب لوگوں نے کسی نہ کسی کا تصور اپنے دل میں بٹھایا ہوتا ہے۔ جو چیز ان کے دل میں ہوتی ہے وہی باہر دوسروں پر منعکس Reflect کرتے ہیں۔ جیسے علامہ اقبال نے مولانا جلال الدین رومی کو پیر مانا، اپنے دل میں بٹھایا پھر اس تصور کو اپنی شاعری میں منعکس کیا، پھر مولانا روم کی روحانیت ان کے اندر سے بولی۔

زیادہ تر بچے کسی نہ کسی کا تصور (Impression) دل میں بٹھا لیتے ہیں اور بڑے ہو کر وہ بننا چاہتے ہیں اور آہستہ آہستہ ان کی شخصیت اس تصور کے مطابق تبدیل ہوتی جاتی ہے۔ اسی طرح ہی سب لوگ کسی کا تصور اپنے اندر بٹھائے رہتے ہیں اور اس کے علاوہ خود کو دوسروں پر منعکس کرتے رہتے ہیں۔ روحانیت میں یہ بڑا اہم سبق ہے۔ کوئی آدمی روحانی ترقی کرنا چاہتا ہے تو اسے چاہئے کہ کسی کامیاب روحانی شخصیت کا تصور اور اس کا ریفلیکشن اپنے دل میں رکھے۔ اس میں ریفلیکشن زیادہ طاقتور ہوتا ہے کیونکہ تصور ایک مردہ چیز ہے جب کہ ریفلیکشن زندہ ہوتا

ہے۔ پھر روحانی ترقی بہت جلد ہوتی ہے۔ ہم سب کہیں نہ کہیں دوسروں سے ریفلیکشن لیتے رہتے ہیں۔ اگر آپ اندر سے صاف اور پرسکون ہیں تو شعوری طور پر، لیکن لیتے ضرور ہیں اور دل میں بٹھا لیتے ہیں۔

اسلام کی روحانیت میں بڑا حصہ اسی کا ہے۔ لیکن اگر انسان کشمکش، خوف یا ڈپریشن میں ہو تو دل پر جیسے زنگ لگ جاتا ہے، پھر وہ ریفلیکشن کو محسوس نہیں کر سکتا۔ ایسے ہی دماغ کا زیادہ افکار سے چلنا بھی اس میں رکاوٹ ہے۔ اسلام کی روحانیت میں تصور شیخ، تصور رسول اور تصور اللہ اسی اصول کی بنیاد پر کیا جاتا ہے۔ جو اس چیز کو سمجھ جائے اس کی روحانی ترقی آسان ہو جائے گی، صرف کتابیں پڑھنے اور ورد کرنے سے کم ہی فائدہ ہوتا ہے۔

بابا بلھے شاہ اسی بارے میں کہتے ہیں:

تسبیح پھیری دل نہیں پھرایا	کی لینا تسبیح پھیر کے
سرتے ٹوپی نیت کھوٹی	کی لینا ٹوپی سرتے دھر کے
چلے کیتے رب نہ ملیا	لیا کی چلیاں وچ وڑ کے
جاگ بنا دودھ جمدا ناہیں	بھانویں لال ہون کڑھ کڑھ کے

ترجمہ: تسبیح پھیرنے سے دل نہیں تبدیل ہوتا، تو تسبیح کو پکڑنے کا کیا فائدہ۔ سر پر ٹوپی ہے لیکن نیت صاف نہیں، ٹوپی پہننے کا کیا فائدہ۔ چلے کاٹنے سے خدا نہیں ملتا پھر چلے کاٹنے سے کیا فائدہ۔ جاگ (پیر کی نظر) لگائے بغیر دودھ کی دہی نہیں بنتی چاہے اسے پکا پکا کر سرخ ہی کر دیں۔

بغیر کسی کی نظر کے (جیسے دہی بنانے کے لیے دودھ میں جاگ لگاتے ہیں) کام نہیں بنتا۔ کسی کے تصور اور ریفلیکشن کے بغیر کام نہیں ہوتا، یعنی سب فضول ہے اور بغیر کسی کی نظر کے کام نہیں ہوتا۔ جب یہ جاگ لگ جاتی ہے تو پھر انسان روحانی ترقی کرتا ہے۔

مغرب میں روحانیت والوں کو اس چیز کی سمجھ نہیں آ رہی کہ روحانیت کس طرح ایک آدمی سے دوسرے میں آ جاتی ہے۔ دراصل تصور شیخ متعدی ہوتا ہے، یہ چھوت کی طرح ایک سے دوسرے تک جاتا ہے۔

مراقبے میں انسان یہ تصور کرتا ہے کہ شیخ (پیر) کے جسم سے نور نکل کر اس کے جسم میں داخل ہو رہا ہے ایسا کرتے وقت انسان عموماً پیر کے دیے ہوئے اذکار بھی پڑھ رہا ہوتا ہے۔ ایسا

کرنے سے پیر کی روحانیت مرید میں جلدی منتقل ہونے لگ پڑتی ہے. مغرب وغیرہ میں کچھ لوگ یہ بھی تصور کرتے ہیں کہ اللہ کا نور یا آسمان سے اترتا ہوا نور یا روشنی ان کے جسم میں داخل ہو رہی ہے اور پھر وہ خود کو بڑا اور طاقتور دیکھتے ہیں. ایسے تصور کرنے سے ان کی روحانی طاقت بھی بڑھنے لگ پڑتی ہے. لیکن اس طرح صرف خود کو تصور کرنے والا دوسروں کو بہت کم فائدہ پہنچا سکتا ہے جبکہ کسی دوسرے پیر یا استاد سے نور آئے تو پھر دوسروں کا فائدہ ہو سکتا ہے. وہ دوسرے شاگردوں کو بھی یہ نور دے سکتا ہے (بہر حال یہ کوئی حتمی اصول نہیں ہے کہ خود اپنا ہی تصور کر کے اللہ سے نور لینے والا کبھی کسی دوسرے کو کچھ نہیں دے سکتا مگر عموماً ایسا ہی دیکھا گیا ہے (نماز پڑھتے وقت تصور میں اللہ کو سامنے دیکھنے کا اسلام میں بتایا گیا ہے، ایسا کرنے سے اللہ کی ننانوے صفات سالک میں کام شروع کر دیتی ہیں.

کسی کا تصور Reflection یا Impression اندر رکھنا ایسے ہی ہے جیسے کسی درخت کو پیوند لگانا، پھر انسان کی شخصیت اسی تصور کے مطابق ڈھلتی جاتی ہے. لیکن اسکو اندر رکھنے اور فائدہ لینے کے لیے لازمی ہے کہ انسان اس شخصیت سے متاثر Impress ہو جس کا تصور وہ اندر رکھ رہا ہے. اگر انسان اس سے متاثر نہ ہو تو پھر اسے اندر نہیں بٹھا سکتا اور اسی وجہ سے اسے کوئی فائدہ نہیں ہوتا. ورد و اذکار کے ذریعے انسان کی اندرونی شخصیت ہلکی اور زیادہ جلدی متاثر ہو کر تبدیل ہو جاتی ہے. بہت سے لوگ جو مختلف پیروں سے لوگ جو مختلف پیروں کے پاس سے ہو کر آئے بلکہ ان کے بیت بھی ہوئے اور ان کے دیئے ہوئے اذکار بھی پڑھے، اس کے باوجود ان کو فائدہ نہیں ہوا، عموماً اس کی بڑی وجہ یہی ہوتی ہے کہ وہ پیر سے متاثر نہیں ہوتے. یہ معاملہ عموماً آجکل عام پڑھے لکھے حضرات کو پیش آتا ہے.

یا پھر فائدہ نہ ہونے کی دوسری ایک ہی وجہ ہوتی ہے کہ پیر کے پلے کچھ نہیں ہوتا، وہ کسی کا برا بھلا کرنے کے قابل نہیں ہوتا. یا مرید بھی خود یقین سے خالی اور شک و شبے سے بھرا ہوتا ہے. ایک بھی صحیح ہو تو کچھ نہ کچھ مل جاتا ہے. بچے بھی کسی نہ کسی کو نقل (Imitate) کرتے ہیں. جس سے متاثر ہوں اس کا تصور اندر رکھ لیتے ہیں اور پھر ان کی شخصیت میں ڈھلتی چلی جاتی ہے. تصور (امپریشن) رکھنے میں یہ کرنا ہوتا ہے کہ اگر آپ کسی روحانی ہستی کو ذاتی طور پر مل چکے ہوں یا خواب میں دیکھ چکے ہوں تو اس کی شکل کا تصور کریں، ورنہ کسی کے بارے میں سوچنا اور اذکار پڑھتے جانا ہی کافی رہتا ہے. روحانیت کے طالب علموں کے لیے صحبت تصور اور امپریشن

کا کہنا ایک بہت اہم سبق ہے. جس نے یہ سمجھ لیا اس کے بہت سے مسئلے حل ہو گئے.
بغیر کسی کو دیکھے بھی اس کا تصور ذہن اور دل میں رکھا جا سکتا ہے. ہم مسلمان رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کا تصور اپنے اندر رکھ سکتے ہیں، جو انسانوں میں مکمل ترین انسان تھے. جو کام بھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے کیا وہ مکمل اور صحیح طریقے سے کیا. (امپریشن دل میں رکھنے کا تجربہ پہلے میں خود پھر میرے کچھ شاگرد بھی کامیابی سے کر چکے ہیں، یہ کوئی صرف سنی یا پڑھی ہوئی ہی بات نہیں ہے).



باب نمبر ۱۰

الہامی شاعری

شاعر اور ادیب اپنی قوم کی زبان ہوتے ہیں. وہ قوم بے جان ہوتی ہے جس کے شاعر اور ادیب بے جان اور کھوکھلے ہوں. یہ کتاب چونکہ روحانیت کے بارے میں ہے اس لیے شاعری کے روحانی پہلو اور صوفی شاعروں کا ہی ذکر کرنا بہتر ہے.

ہمارا خطہ پاکستان اس معاملے میں خاصا زرخیز ہے. اس سرزمین میں پرانے وقتوں سے بابا فرید، امیر خسرو، بلھے شاہ، وارث شاہ، میاں محمد، سلطان باہو، عبداللطیف بھٹائی، سچل سرمست، خوشحال خان خٹک اور علامہ اقبال صاحب کے نام قابل ذکر ہیں. کوئی ادیب اپنا مطلب سیدھے لفظوں میں بھی بیان کرسکتا ہے، لیکن لوگوں پر وہ اثر نہ ہوگا. اچھے لفظوں میں پرو کر شعر میں ڈھالی گئی وہی بات لوگوں کے دلوں میں تیر کی طرح اتر جاتی ہے، لوگ اس کو مدتوں یاد رکھتے اور دہراتے رہتے ہیں.

روحانیت میں شاعری کے ایک پہلو کا ذکر کیا جاتا ہے. وہ یہ کہ شاعر پر اوپر سے پورا شعر اترتا ہے. یہ چیز زیادہ تر روحانی شاعری میں نظر آتی ہے، مگر کبھی کبھی نظریاتی شاعر کا بھی اس سے واسطہ پڑتا ہے. یہ اس وقت ہوتا ہے جب شاعر اپنے فن میں کھو چکا ہوتا ہے، اس کا ذہن ایک قسم کے ٹرانس (مراقبے) میں چلا جاتا ہے. اس وقت اوپر سے آمد ہوتی ہے اور بند در بند نظمیں اترتی چلی آتی ہیں. اس وقت شاعر درمیان میں نہیں ہوتا، یہ ایک قسم کا الہام ہوتا ہے. یہی واقعہ مولانا جلال الدین رومی کے ساتھ ہوا. شمس تبریز ان کے استاد اور دوست تھے، ان کو مولانا روم کے مریدوں اور بیٹے نے قتل کر دیا. اس واقعے کے اثر سے مولانا تقریباً پانچ سال ہوش و حواس سے بیگانہ رہے. اس دوران ان پر جو شعروں کی آمد ہوئی وہ مثنوی مولانا روم کے نام سے مشہور ہے اسے تبریز نامہ بھی کہتے ہیں. اسے دنیا کی چوٹی کی روحانی شاعری میں شمار کیا جاتا ہے. اس کی اتنی گہرائی اور وسعت کی وجہ یہ بھی تھی کہ مولانا روم شمس تبریز کے مرید ہونے سے پہلے اسلام کے بہت بڑے عالم تھے، پھر شمس تبریز کی وجہ سے فقر و روحانیت میں آئے. ان کا یہ شعر اس بات اور تعلق کا پتہ دیتا ہے.

مولوی روم ہرگز نہ شد صاحب کمال
گر غلام شمس تبریزی نہ شد

کچھ محقق یہ بھی کہتے ہیں کہ مولانا روم نے اپنی مثنوی پوری طرح ہوش وحواس کے دوران میں لکھی تھی، یعنی شمس تبریز کے قتل کی وجہ سے صدمے اور نیم پاگل پن کی حالت میں نہیں.

میں خود روحانیت میں تقریباً 20 سال سے مصروف ہوں، اس دوران مختلف چیزوں میں مصروف رہا۔ 1987ء میں مجھے سائپرس کا ایک مسلمان محمت ملا۔ میں اس زمانے میں پامسٹری، کارڈ ریڈینگ، آسٹرلوجی، رمل، ہپناٹیزم، روحوں کو بلانا اور ہر طرح کے اوٹ پٹانگ روحانی و نیم روحانی تجربات کرتا رہتا تھا۔ محمت بھی ایسے ہی مختلف چیزوں میں لگا رہتا تھا۔ ہماری زیادہ کوشش پیش گوئیوں وغیرہ میں ہوتی تھی۔ محمت نے ان دنوں ایک نیا طریقہ استعمال کرنا شروع کیا۔ وہ یہ کہ وہ جس نئے آدمی کو دیکھتا تھا تو جو محمت کے ذہن میں آتا تھا، اس کے بارے میں بولتا چلا جاتا تھا۔ کچھ دنوں کے بعد ہی اس کے تکے صحیح ہوتی تھیں۔ اس پر جیسے یہ باتیں اوپر سے اترنی شروع ہوگئی تھیں۔ الہامی شاعری میں بھی ایسا ہی ہوتا ہے، جب کوئی ایک ہی کام مثلاً شاعری میں لگا رہتا ہے اسے اس سے عشق ہوجاتا ہے تو پھر کلام اترنا شروع ہوجاتا ہے۔

اس میں دلچسپ بات یہ ہے کہ بہت سی دفعہ شاعر ایسی باتیں کر جاتا ہے جو اسے خود سمجھ نہیں آتیں یا مکمل سمجھ نہیں آتیں، وہ خود ان کی گہرائی سے ناواقف ہوتا ہے۔ کبھی کبھی برسوں بعد اسے معلوم ہوتا ہے کہ اس نے جو کہا تھا وہ کتنا گہرا اور صحیح تھا۔ علامہ صاحب نے اسی بارے میں فرمایا۔

''اقبال بھی اقبال سے آگاہ نہیں ہے. کچھ اس میں تمسخر نہیں، واللہ نہیں ہے''

اس میں بڑی دفعہ پیش گوئیاں بھی شامل ہو جاتی ہیں، ہمارے یہاں اس کا نمونہ آپ کو علامہ صاحب کی شاعری میں بھی ملتا ہے۔ اس پر مضمون لکھے جا چکے ہیں۔ ان کا دہرانا میری کتاب کی طوالت کا سبب بن جائے گا۔ میرا کام اشارہ دینا ہے، سمجھنا آپ کا کام ہے۔ ایسے شاعر کو چاہئے کہ وہ جب صحیح توانائی میں ہو تو شعر کہنے کی کوشش کرے اور جب اوپر سے آمد شروع ہو جائے تو اس میں مدافعت نہ کرے اور اپنی صلاحیت پر شک بھی نہ کرے. بات شاعری کی ہو رہی ہے اس لیے شعر کے بغیر ختم نہیں ہونی چاہئے.

یہ دلچسپ کافی غالباً وارث شاہ کی ہے.

بھری پریاں وچ بہہ کے انج نہ تک — جیویں کدی وی جان پچھان نہیں سی

جیویں تیری حیاتی دے ورقے اُتے — ساڈا کدرے وی نام ونشان نہیں سی
جھکڑ غماں دے نال نال گھلدے رہے — اسیں ویلے دی رو اتے ٹردے رہے
مڑ کے جدوں اساں پچھے ویکھیا — ساڈے قدماں دے نام ونشان نہیں سی رے
ٹنڈاں سکھڑیاں سمجھ کے اینویں ای — کھوہ خیالاں دے اسیں گیڑدے رہے
زلفاں سمجھ کے جدوں اسیں ہتھ پایا — اسیں اپنڑے پرائے نکھیڑدے رہے
ساڈا حوصلہ فر وی دیکھ سجناں — اوڈنگدیاں ریاں، اسیں چھیڑدے رہے

ترجمہ: بھری پنچایت میں بیٹھ کر مجھے یوں نہ دیکھ جیسے کبھی ہماری جان پہچان ہی نہیں تھی. جیسے تیری زندگی کے صفحے پر میرا کبھی بھی نام ونشان نہیں تھا. ہم نے کچھ اور سوچا اور کچھ اور ہوگیا ہم وقت کے بہاؤ چلتے رہے، آندھیاں غموں کی ساتھ ساتھ چلتی رہیں. ہم نے جب مڑ کر دیکھا تو ہمارے قدموں کے نام ونشان نہیں تھے. خالی ٹنڈاں (کنویں کے لوٹے) بھری ہوئی سمجھ کر میں خیالوں کے کنویں کھینچتا رہا. مگر جب وقت آیا کوئی دوست نہ بنا میں اپنے پرائے کو علیحدہ کرتا رہا. میں نے زلفیں سمجھ کر ہاتھ ڈالا کیا پتہ تھا یہ سنپنیوں کا ڈھیر ہے. دوستو میرا حوصلہ پھر بھی دیکھو کہ وہ ڈستی رہیں اور میں انہیں چھیڑتا رہا.



باب نمبر ۱۱

نفس (EGO)

اسلام کی روحانیت میں نفس کو قابو کرنے پر بہت زور دیا گیا ہے۔

صوفیا کہتے ہیں بھیڑیوں کا ایک گروہ بھیڑوں کے گلے کو اتنا نقصان نہیں پہنچاتا ۔ جتنا ایک شیطان انسانوں کو پہنچاتا ہے اور نفس سو شیطان کا ایک شیطان ہے۔

اسلام کی روحانیت میں نفس کو تین قسموں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔

۱۔ نفس امارہ

۲۔ نفس لوامہ

۳۔ نفس مطمئنہ

نفس امارہ

نفس امارہ انسان کو ہر برائی کی طرف راغب کرتا ہے، لالچ، حسد، فراڈ، دھوکا، جسمانی لذات، سب اس کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ روحانیت میں انسان کی ہمیشہ اس سے جنگ لگی رہتی ہے۔ نفس امارہ کے لالچ کی کوئی حد نہیں ہے، کبھی یہ انسان کو مالی لالچ کی طرف راغب کرتا ہے، کبھی جنسی لذات کی طرف، کبھی لوگوں سے تعریف سننے کی طرف۔ نفس امارہ کی ہزاروں شکلیں ہیں، اس کے سینکڑوں جال ہیں جو یہ انسان کی راہ میں لگا کر بیٹھا رہا ہے۔ آدمی جتنے بھی مضبوط کردار کا ہو اس میں کوئی نہ کوئی کمزوری ہوتی ہے۔

کئی ایسے لوگ بھی دیکھنے میں آئے جو پیسے کے لالچ میں نہیں آئے، جنس مخالف سے بھی بچتے رہتے ہیں، ہر چیز سے بچے لیکن خوشامدیوں کے جال میں پھنس گئے۔ غرضیکہ یہ آپ کو ایسی جگہ سے مارتا ہے جہاں سے آپ کو کوئی توقع نہیں ہوتی۔

نفس لوامہ

یہ انسان کو غلط کام کرنے پر لعن طعن کرتا رہتا ہے جس کی وجہ سے انسان ندامت کا شکار ہوتا ہے۔

نفس مطمئنہ

جوانسان صحیح انسان بن چکا ہو اور اس کا نفس بری چیزوں کی طرف رغبت ہی نہ کرے اس کا نفس نفس مطمئنہ کہلاتا ہے۔ عام آدمی کا نفس امارہ سے شروع ہو کر نفس لوامہ سے ہوتا ہوا نفس مطمئنہ پر جاتا ہے، مگر انبیائے کرام کا نفس شروع ہی نفس مطمئنہ سے ہوتا ہے۔ (یہ شیعہ اور بریلوی عقیدہ ہے، دیوبندی اور اہل حدیث رسول اللہ ﷺ کو بھی صرف تبلیغی معاملات میں ہی معصوم مانتے ہیں۔)

نفس امارہ سب کو جسمانی لذات اور گناہوں کی طرف کھینچتا ہے، اسلام کی روحانیت میں اس کو ختم کرنے پہ بہت زیادہ زور دیا جاتا ہے۔ بلکہ آپ کا اصل دشمن یہی ہے، ساری خرابیاں اسی سے چلتی ہیں۔ آپ چاہے جتنی بھی روحانی ترقی کرلیں، پر ذرا اس کو موقع لگا، یہ آپ کو واپس شروع والی جگہ پر لے آئے گا۔ حدیث پاک میں ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کی شہ رگ سے بھی قریب ہے۔ لیکن آپ جب بھی اللہ کے قریب پہنچنے لگتے ہیں، نفس امارہ آپ کو آدھے راستے سے ہی واپس پہنچا دیتا ہے۔

مولانا روم نے اپنی مثنوی میں اس کی یوں مثال دی ہے کہ مجنوں لیلیٰ سے ملنے چلا۔ وہ ایک ایسی اونٹنی پر سوار ہو گیا جس کا مجنوں کے شہر میں چھوٹا سا بچہ تھا۔ اب مجنوں میاں سفر کر رہے ہیں، کچھ فاصلہ طے کرنے کے بعد ان کو لیلیٰ کا خیال غالب آ گیا اور وہ اس میں کھو گئے۔ اونٹنی نے موقع غنیمت جانا، وہ واپس اپنے بچے کی طرف چلنے لگی۔ جب مجنوں کو ہوش آیا تو وہ وہیں ہی پہنچ چکا تھا جہاں سے چلا تھا۔ وہ مڑا اور پھر لیلیٰ کے شہر کی طرف جانے لگا، پھر سفر کرنے کے بعد وہ پھر لیلیٰ کے تصور میں مگن ہو گیا۔ اونٹنی موقع پا کر پھر واپس بچے کے پاس آ گئی۔ اب ہوتا یہ تھا کہ مجنوں ہوش میں آ کر واپس چلتا تھا اور اونٹنی اس کو واپس لے آتی تھی۔ آخر تنگ آ کر مجنوں نے چھلانگ لگائی، اپنی ٹانگ تڑوائی، اور گھسٹتا گھسٹتا لیلیٰ کے شہر کی طرف پیدل چلنے لگ پڑا۔

یہی مثال نفس کی ہے کہ آپ جتنی بھی ترقی کرلیں، نفس کو جونہی ڈھیلا چھوڑیں یہ آپ کو پھر واپس لے آئے گا۔ سالک کے ساتھ یہی بات ہوتی ہے، وہ آدھے راستے میں ہوتا ہے کہ نفس اسے اس اونٹنی کی طرح واپس شروع میں لے آتا ہے، وہ آدھے راستے میں ہوتا ہے کہ نفس اسے اس اونٹنی کی طرح واپس شروع میں لے آتا ہے۔ نفس کے ایک ہزار سے زیادہ منہ ہیں اس

کے پھندے لاتعداد ہیں، یہ ہر طالب خدا کے راستے میں انہیں پھیلا کر بیٹھا ہوتا ہے۔

کسی کو پیسے کے لالچ میں پھنساتا ہے کسی کو شہوت میں۔ کسی کو تعریف کے جال میں الجھا دیتا ہے کسی کو شہرت کے۔ ہر انسان کی کوئی نہ کوئی کمزوری ہوتی ہے۔ مثلاً انسان جتنا بھی پاک صاف کیوں نہ ہو جائے اپنی تعریف سننے کا شوقین ہوتا ہے۔ علماء کے لئے بھی سب سے بڑا خطرہ تعریف کی طرف سے ہوتا ہے۔ ان کے علم کی تعریف کی جائے تو وہ پھولے نہیں سماتے۔

سیانے کہتے ہیں کہ شہرت کی خواہش عام لوگوں کی کھلی کمزوری ہوتی ہے اور خواص کی پوشیدہ۔ ہر انسان میں خود پر کچھ نہ کچھ شبہہ رہتا ہے۔ کوئی چوہدری کہلاتا ہے تو اسے اپنی چوہدراہٹ میں شبہہ رہتا ہے، اس لیے اسے تھوڑے بہت ملازم ''کی'' ساتھ رکھنے پڑتے ہیں جو اسے چوہدری صاحب، چوہدری صاحب کہہ کر اس کا شک ختم کرتے رہیں۔ اس چوہدری کی طرح ہر آدمی اپنی اپنی منجنجہ لائن میں شک میں ہی رہتا ہے۔ نفس کی حربوں کی کوئی انتہا نہیں۔ مثلاً ایک دلچسپ واقعہ بیان کیا جاتا ہے۔

ایک جاٹ کہیں جا رہا تھا، اسے بھوک لگی۔ وہاں ایک کھجور کا بہت اونچا سا درخت تھا جس پر پکی ہوئی کھجوریں نظر آئیں۔ اب وہ دیہاتی اس درخت پر چڑھ گیا، خوب پیٹ بھر کر کھجوریں کھائیں۔ جب کھجوریں کھا چکا تو نیچے اترنے لگا، اب جو نیچے نظر ڈالی تو زمین بہت دور تھی، دیہاتی کو سخت ڈر لگا۔ پھر بھی تسلی نہ ہوئی تو اس نے منت مانی کہ اگر میں بخیریت درخت سے اتر گیا تو میں اپنا بیل منت میں دوں گا۔ یہ منت ماننے کے بعد وہ درخت سے اترنے لگ پڑا۔ جب تین چوتھائی فاصلہ طے کر چکا تو اسے کچھ امید لگی کہ اب شاید بخیریت نیچے پہنچ جاؤں گا۔ پھر ساتھ ہی خیال آیا کہ اب بیل کی منت دینی پڑے گی، تو اسے پہلے منت ماننے پر بڑا افسوس ہوا۔ کہنے لگا کہ بیل نہیں، میں گائے کی ایک نوجوان بچھیا منت میں دوں گا، نسل تو ایک ہی ہے، چاہے بیل دوں یا بچھیا۔ تھوڑا اور نیچے اترا تو حوصلہ ہوا کہ آدھا راستہ طے ہو گیا اب تو خطرہ کم ہے۔ پھر منت کا خیال آیا تو افسوس ہونے لگ پڑا کہ بچھیا مفت میں دینی پڑے گی۔ ارادہ کیا کہ بکری منت میں دوں گا۔ کچھ فاصلہ طے کرنے کے بعد نیچے نظر پڑی تو دیکھا تین چوتھائی فاصلہ طے ہو چکا تھا، اب اس کو بکری کی منت پر افسوس ہونے لگا۔ کہنے لگا کہ میں بکری نہیں بلکہ کالا مرغا (کالا ککڑ) منت دوں گا، کیونکہ جو چیز منت دی جائے وہ کالے رنگ کی ہو تو اچھی ہوتی ہے۔ اس نئی منت کے بعد نیچے جانا شروع کیا۔ جب زمین چند فٹ دور رہ گئی تو اس نے چھلانگ لگائی، نیچے گرا، کپڑے

جھاڑتا ہوا بھاگا، دور کھڑا ہو کر کہنے لگا۔ ''ایہہ منت میں دیندا ناں تے اگوں کھجور تے چڑھدا ناں'' (یہ منت میں نہیں دوں گا اور آئندہ کھجور پر چڑھوں گا بھی نہیں)

ہمارا نفس سو شیطانوں کے برابر اکیلا شیطان ہے، اس کی چالیں بے انتہا ہیں. اسی طرح کے ہزاروں بہانے ڈھونڈتا رہتا ہے. ہر چیز میں، ہر کام میں، اس کو کوئی نہ کوئی راستہ مل جاتا ہے. سیانے کہتے ہیں کہ انسان کے لیے جنگ میں تلوار سے قتل ہو جانا آسان ہے مگر نفس سے لڑنا زیادہ مشکل ہے کیونکہ اس میں انسان کو روزانہ قتل ہونا پڑتا ہے، بلکہ خود کو دن میں کئی بار قتل کرنا پڑتا ہے۔

روحانیت اسلام میں خود سے جہاد کو (یعنی نفس سے جہاد کو جہاد اکبر کہا گیا ہے. یہ واقعی جہاد اکبر ہے.)

حدیث پاک ﷺ میں ہے کہ نفس کے خلاف جہاد بہترین جہاد ہے. لیکن اہم بات یہ ہے کہ خواہ مخواہ گناہ کے چھوٹے موٹے چکروں میں ہی نہ پھنسے رہیں. انسان غلطی کا پتلہ ہے، غلطیاں کرتا ہے. مگر چھوٹے گناہوں کو توبہ کے بعد بھول جانا چاہئے. ورنہ ضمیر انہیں بھی بڑا گناہ سمجھ لے گا.

Pliny کہتا ہے کہ دنیا میں سب سے آسان کام خود کو دھوکا دینا ہے. کیونکہ آدمی کو جو بات پسند ہوتی ہے اسے عموماً سچ سمجھتا ہے.

خواجہ غریب نواز کا فرمان ہے ''اللہ تعالیٰ اور انسان کے درمیان ایک ہی حجاب حائل ہے جس کا نام نفس ہے. نفس انسان کو ہر قدم پر روکتا اور الجھاتا ہے''. کچھ صوفیاء نفس کو قابو کرنے میں بہت دور تک چلے جاتے ہیں اور اپنے اوپر ہر جائز چیز بھی حرام کر لیتے ہیں. حالانکہ یہ اپنے اپنے اعتقاد کی بات ہے. خود پر خواہ مخواہ پابندیاں نہ لگائیں. اس کے بغیر بھی روحانی ترقی جاری رہتی ہے. بس شریعت کی حدود نہ توڑیں۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۱۲

حبس دم، لطیفات

سانس کی مشقوں کو حبس دم کی مشقیں کہتے ہیں. یہ دنیا میں روحانیت کے مختلف سکولوں میں اپنے اپنے طریقے سے رائج ہیں لیکن اس میں سب سے زیادہ کام بدھ اور ہندو یوگا کی مشقوں میں کیا گیا ہے. مسلمان صوفی بھی اسی قسم کی مشقیں کرواتے ہیں.

پہلے ہم سانس کی طاقت کے فوائد دیکھ لیں، پھر ہم حبس دم کی مشقوں کا جائزہ لیں گے.

ہماری زندگی کا دارومدار سانس پر ہے، اگر ہم سانس نہ لیں تو چند منٹ بھی زندہ نہیں رہ سکتے. اگر آپ پرسکون ہوں تو آپ کے سانس بھی گہرے اور پرسکون ہوں گے، گھبرانے کی حالت میں آپ کے سانس بھی آدھے اور جلدی جلدی آنے لگتے ہیں.

دوسری طرف حقیقت یہ ہے کہ اگر آپ کوشش سے گہرے اور لمبے سانس لیا کریں تو آپ خود کو پرسکون اور آرام میں محسوس کریں گے اور جب آپ پرسکون اور ریلیکس Relax ہوں تو آپ کا ذہن اپنی پوری طاقت میں ہوتا ہے، آپ کی قوت فیصلہ صحیح ہوتی ہے اور آپ جو بھی کام اس وقت کرتے ہیں وہ بہت بہتر طریقے سے ہوتا ہے. بہت سے کھیلوں کے مقابلوں میں بھی دیکھا گیا کہ اگر دونوں کھلاڑی ایک ہی جسمانی قابلیت کے ہوں تو ان کے مقابلے کی صورت میں وہی جیتے گا جو زیادہ Relax اور پرسکون ہوگا. نروس ہونے والے ہار جایا کرتے ہیں. دوسری طرف ذہنی مقابلوں میں گھبرانے والے کے جیتنے کا چانس نہ ہونے کے برابر ہے. کچھ ماہر کھیلنے والے اپنے مخالف کھلاڑی کو بڑے پلان سے نروس کرتے اور اس سے جیت جاتے ہیں. آپ اپنے سے بہتر کھلاڑی سے جیت جائیں گے اگر آپ اس کو نروس کر دیں. اس لئے خود کسی بھی کام میں نروس نہ ہوا کریں بلکہ پرسکون رہیں.

روحانی علاج میں علاج کرنے والا اپنی پھونک سے بیمار کو صحیح کرتا ہے. ماہر روحانی معالج بہت فاصلے سے اپنے مریض کو تصور کر کے پھونک مارتا ہے جو کہ میلوں فاصلہ طے کر کے مریض تک پہنچ جاتی ہے. لیکن پہلے اس کے لیے روحانی معالج کو اس کی باقاعدہ مشق کرنی پڑتی ہے، اناڑی یہ نہیں کر سکتے.

سانس لینے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ آپ پیٹ تک سانس لیں، یعنی آپ ہوا کو چھاتی سے نہ کنٹرول کریں بلکہ اسے پیٹ تک جانے دیں. جب آپ سوتے ہیں تو آپ کا ذہن سکون کی حالت میں آ جاتا ہے، اس وقت آپ پیٹ تک گہرے سانس لے رہے ہوتے ہیں، جبکہ عموماً جاگتے وقت آپ صرف چھاتی سے سانس لیتے ہیں. بچہ جب چھوٹا ہوتا ہے تو وہ پیٹ تک سانس لیتا ہے جو سانس کا صحیح اور مکمل طریقہ ہے. جب وہ بڑا ہو جاتا ہے تو صرف چھاتی سے یعنی آدھا سانس لیتا ہے، جو کہ صحیح نہیں ہے. صحیح سانس وہ ہوتا ہے جس میں جسم کے ہر عضو میں آکسیجن پہنچے.

پیٹ تک سانس لینے کا خصوصاً ہماری صحت پر اچھا اثر ہوتا ہے. بدھ مت کی روحانیت میں بیان ہے کہ انسان کے جسم میں ایک خاص توانائی (Energy) ہوتی ہے جسے وہ چی انرجی CHI کہتے ہیں اگر انسان کی چی ٹھیک ہو تو وہ صحت مند رہتا ہے، بیماریاں وغیرہ اسی کے کمزور ہونے کی صورت میں ہوا کرتی ہیں. پیٹ میں ناف کا مقام اس انرجی کا مرکز ہوتا ہے. کراٹے اور مارشل آرٹس میں اسی چی انرجی کو استعمال کیا جاتا ہے. پیٹ تک گہرا سانس لینے سے انسان کی یہ توانائی صحیح طریقے سے کام کرنے لگتی ہے. میرے ذاتی تجربے میں بھی آیا ہے کہ ایسا گہرا سانس لینا خاصی مفید چیز ہے. خصوصاً پرسکون رہنے میں یہ بڑا مددگار رہتا ہے. اس سے دماغ میں سوچیں خود بخود کم ہو جاتی ہیں. سر درد جو اکثر خون میں آکسیجن کی کمی کی وجہ سے ہوتا ہے کچھ دیر ایسے سانس لینے سے ختم ہو جاتا ہے. سانس کی مشقوں میں گلا پھیپھڑے، سانس کی نالیں، سب صاف ہونی چاہئے ورنہ سانس صحیح طریقے سے ہر جگہ پر نہیں جا پاتا. سانس کو مشق کے دوران گہرا لینا چاہئے، لیکن اتنا گہرا نہیں کہ تکلیف دہ محسوس ہو. ہندو یوگا میں سب سے زیادہ زور اپنے جسم کے انرجی پوائنٹس، (توانائی کے مراکز، جن کو چکرا (Chakra) اور لطیفات کہا جاتا ہے) کو صحیح کرنے پر دیا جاتا ہے. برصغیر پاک و ہند کے مسلمان صوفیاء خاص کر نقشبندیہ لطیفات پر یقین رکھتے تھے اور ہیں. میں بھی ان کو سمجھنے کی کوشش میں رہا مگر ان کی صفات کے بارے میں ہر آدمی کی مختلف رائے تھی.

ان کے کہنے کے مطابق یہی چکرا انسان کی ہر قسم کی توانائی اور صلاحیتوں کو کنٹرول کرتے ہیں. اگر یہ صحیح ہوں تو ان سے متعلقہ توانائی پوری طرح کام کرتی ہے، اگر یہ صحیح کام نہ کرتے ہوں یا بالکل بند ہوں تو ان سے متعلقہ توانائی اور صلاحیتیں کمزور ہوتی ہیں. یوگا میں یہ چکرا تعداد میں سات ہوتے ہیں. ان چکرا کو مشقوں کے ذریعے طاقت (Energy) دی جاتی ہے. ان میں

سر کے اوپر والے کو Crown Chakra چکرا کہتے ہیں. اس کا تعلق سب دوسری توانائی کو کنٹرول کرنے سے بتایا جاتا ہے. یہ چکرا سب سے طاقتور کہا جاتا ہے. دونوں بھنوؤں کے درمیان پیشانی میں موجود چکرا کو Third-eye Chakra کہتے ہیں، اس کا تعلق چھٹی حس سے بتایا جاتا ہے.

گلے کے نچلے سرے میں موجود چکرا کو Throat Chakra کہتے ہیں، اس کا تعلق بات چیت اور انسان کی حفاظت وغیرہ سے ہے. چھاتی کے درمیان موجود چکرا کو ہارٹ چکرا کہتے ہیں، اس کا تعلق دل اور روح سے اور پیار و محبت وغیرہ سے ہے. ناف کے نیچے موجود چکرا کو Navel Chakra کہتے ہیں، یہ جسمانی صحت سے متعلق ہے. دونوں اعضائے تناسل کے نیچے بھی ہندو دو اور چکرا کا بتاتے ہیں. ان میں ریڑھ کی ہڈی کے نچلے سرے پر موجود چکرا کو کنڈلینی چکرا کہتے ہیں. یوگا میں کہا جاتا ہے کہ اگر آپ کی کنڈلینی بیدار ہو جائے تو آپ مافوق الفطرت طاقتوں کے مالک بن جاتے ہیں. انکے کہنے کے مطابق کنڈلینی میں ایسی طاقت چھپی ہے کہ انسان اس کی مدد سے ہوا میں اڑ سکتا ہے، پہاڑوں کو توڑ سکتا ہے. یعنی ہر طرح کے کام کر سکتا ہے. بظاہر ان کی بات میں بڑا وزن لگتا ہے. کیونکہ ریڑھ کی ہڈی کے نچلے سرے پر ہر طرح کے اعصاب ہوتے ہیں جو کہ جسم کے بہت سے حصوں سے منسلک ہوتے ہیں اور ان کو طاقت دیتے اور کنٹرول کرتے ہیں.

ہنود نے انسان کی تمام حسوں اور صفات کو انہیں سات چکرا میں تقسیم کر رکھا ہے. میں خود بھی شروع میں کنڈلینی وغیرہ بیدار کرنے کی مشقیں کرتا رہا جن کا کوئی فائدہ نہ ہوا. میری ایک عادت ہے کہ میں بال کی کھال اتارنے کا عادی ہوں اور ہر چیز کی جڑ تک جانے کی کوشش کرتا ہوں اور عموماً اس میں کامیاب بھی ہو جاتا ہوں، اس لئے اس کی تفتیش کرتا رہا کہ چکرا اور کنڈلینی کا کیا چکر ہے؟ پھر میرے ذہن میں آیا کہ اگر یہ چکرا اتنے ہی اہم ہیں تو حضرت موسیٰؑ حضرت عیسیٰؑ اور رسول پاکؐ نے اس کا کیوں ذکر نہیں کیا. میں تورات اور بائبل بھی پڑھ چکا تھا، ان میں بھی چکرا کا کوئی ذکر نہ تھا. اسی دوران مجھے یہ پتہ چل گیا کہ چکرا کا روحانی صلاحیتوں سے کوئی تعلق نہیں ہے ہاں البتہ جسمانی توانائی سے اس کا تعلق ضرور ہے کیونکہ آکو پنکچر میں بھی یہ توانائی کے مراکز (لطیفات) استعمال ہوتے ہیں، گو آکو پنکچر میں ان کی تعداد سینکڑوں بلکہ ہزاروں میں ہے. پھر ایک دلچسپ واقعہ اور ہوا جب مجھے ایک دن ڈن ھیگ (ھیگ) میں ایک مندر میں بلایا گیا.

۱۹۹۶ء کا واقعہ ہے، مجھے وہاں کچھ لوگوں کا علاج کرنا تھا اور ان کے ہاتھ وغیرہ دیکھنے اور پامسٹری و ہیلنگ کے متعلق لیکچر دینا تھا. میرا یہ دورہ خاصا کامیاب رہا. بعد میں وہاں سے مختلف لوگ ملنے آتے رہے. ان میں سے پہلا ایک ۵۰ سال کے قریب عمر کا سرنامی (ساؤتھ امریکہ کا رہنے والا) ہندوستانی النسل ہندو تھا. اس کی کمر کی برسوں پرانی تکلیف جس کے وہ بہت سے عام اور روحانی معالجوں سے علاج کروا چکا تھا مگر صحیح نہیں ہو رہی تھی، مگر مجھ سے ایک دفعہ علاج کرانے کے بعد ہی آدھی سے زیادہ صحیح ہو چکی تھی. خاصا ذہین آدمی تھا مختلف کتابوں کا مصنف بھی تھا. اس نے ڈن ھیگ مندر میں بات چیت کرتے وقت ایک چینی آدمی کا فوٹو دکھایا اور کہا تھا کہ وہ انسان کے جسم کے چکرا کو (لطیفات) سو فیصد صحیح حالت میں لے آتا ہے اس کے کہنے کے مطابق وہ خود انسان کے چکرا کو ساٹھ فیصد تک صحیح کر لیتا تھا.

ہندو یوگیوں کے کہنے اور یوگا کے اصولوں کے مطابق اگر آپ کے چکرا پوری طرح صحیح ہوں تو آپ کی سب روحانی صلاحیتیں پوری طرح ڈیویلپ ہو جاتی ہیں. مثلاً اگر آپ کی پیشانی والا چکرا صحیح کام کر رہا ہے تو آپ کی چھٹی حس پوری طرح کام کرے گی اور ہر چیز کے بارے میں الہام ہو جائے گا، ہر مستقبل قریب میں ہونے والی بات اور ہر قریبی آدمی کے مخفیہ حالات بھی معلوم ہو جائیں گے. اس سرنامی ہندو سے میں نے کہا ''کن چکرا کے چکروں میں پڑے ہو (یہ میں نے اردو میں ہی کہا کیوں کہ وہ اردو بول لیتا تھا) کوئی اور کام ڈھونڈو''. وہ پریشان سا ہو کر کہنے لگا ''کیوں یہ آپ کس طرح کہہ رہے ہیں'' میں نے اس کو جواب دیا ''ہزاروں سالوں سے انسان سے جسم کے آس پاس موجود روشنیوں کے ہالے Aura کے بارے میں عجیب و غریب باتیں مشہور ہیں (Aura) اور چکر سے متعلق خاصا جھوٹ بھی بولا جاتا رہا ہے یہ کافی ہو چکا ہے''.

اس کو ثبوت دینے کے لیے اس سے سوال کیا کہ یہ آپ کا استاد جو لوگوں کے چکرا سو فیصد صحیح طاقت میں لے آتا ہے، تو اس کا مطلب یہ ہوا کہ اس کے اپنے چکرا بھی سو فیصد صحیح حالت میں ہوں گے اور اس نے آپ کے یا آپ کے کچھ واقفوں کے چکرا بھی 100 فیصد صحیح کر دیئے ہوں گے. تو کیا وہ چائنیز آپ کے سب حالات آپ کو بتاتا ہے یا لوگوں کا روحانی علاج کرتا ہے، یا پھر چکرا صحیح ہونے کے بعد یہ کرنے لگ پڑے یا آپ کا کوئی دوست یہ کرنے لگ پڑا. وہ سرنامی میری بات سن کر کھسیانا سا ہو گیا، ہنستے ہوئے بولا ''میرا اس طرف خیال نہیں گیا تھا'' پھر

میں نے کہا ''اس چائنیز کے چکرا سو فیصد صحیح ہیں دوسروں کے بھی کر رہا ہے، اس کو اپنا کام کرنے دو. ایسا کرنے سے انسان کی صحت معمولی بہتر ہو جاتی ہے اور کچھ نہیں'' وہ سرنامی میرا بڑا شکر گزار ہوا، وہ کافی پیسہ اس چیز کو سیکھنے اور عملی ٹریننگ لینے میں ضائع کر چکا تھا.

بات دراصل یہ ہے کہ ہر روحانی سکول نے اندرونی یقین کو بڑھانے اور اس کو استعمال کرنے کے اپنے اپنے طریقے ڈھونڈے ہوئے ہیں. کوئی اس چکر میں کنویں میں الٹا لٹکا ہوا ہے، کوئی مہینوں کے حساب سے روزے رکھ رہا ہے، کوئی سالوں بول نہیں رہا. تبت کے لاماؤں نے بھی الٹے سیدھے خود پر ظلم کرنے کے بڑے عجیب عجیب طریقے ڈھونڈے ہوئے ہیں. ان سب کو یہ خیال ہوتا ہے کہ ہم سے پہلوں نے یہی کچھ کر کے فلاں فلاں صلاحیت پائی تھی، ہم بھی یہی کچھ کر کے اس کو پا لیں گے.

چکرا کی ایک مشق اچھی ہے کہ ماتھے پر بھنوؤں کے بیچ میں توجہ مرکوز کرنا چھٹی حس کے لیے کسی دوسری جگہ توجہ مرکوز کرنے سے بہتر ہوتا ہے. لیکن دراصل جب آپ کو اندھا اعتقاد ہوتا ہے تو پھر آپ کو کچھ نہ کچھ مل بھی جاتا ہے، بت پرستوں کو بھی بتوں سے کچھ نہ کچھ مل ہی جاتا ہے. ان میں سب سے صحیح جو وہ کرتے ہیں وہ اکیلا رہنا ہے جس سے انسان کی بہت سی صلاحیتیں طاقتور Develop ہو جاتی ہیں اور خطرناک حالات میں رہنے سے بھی انسان کی صلاحیتیں ابھرتی ہیں. گو دوسری مشقیں کرنے والے کا خیال ہوتا ہے کہ میں یہ مشکل کام کر رہا ہوں، میں اتنی محنت کر رہا ہوں، اب ضرور مجھے اس کا پھل ملے گا. میں نے یہ قربانی دی ہے، اب مجھے ضرور اس کا انعام ملے گا. یہ عام طور پر ہاتھ کو پورا چکر دیکر کان پکڑنے والی بات ہوتی ہے. مہاتما بدھ نے بھی اسی طرح ہر مشکل قسم کی مشقیں کیں، پھر اسی بات کو سمجھ کر ہر مشق میں درمیانہ راستہ اختیار کرنے کا پیغام دیا.

اسلام نے اس سلسلے میں بہت سے مسئلے حل کر دیئے، ہمیں خود پر ظلم کرنے کی اجازت نہیں ہے. مثلاً روزے کے اپنے فوائد ہیں، مگر ہر روز یا لمبا روزہ رکھنے کو نہیں کہا گیا (گو تہجد وغیرہ پڑھنے کا کہا گیا ہے جو کہ تھوڑی سی جائز قسم کی تکلیف ہے، اور اس کا فائدہ بھی ہے).

بہر حال بات سانس کی مشقوں کی ہو رہی تھی. اس میں بے شمار کتابوں میں مختلف طریقے بیان کیے گئے ہیں. پندرہ بیس کتابیں اس موضوع پر میں نے بھی پڑھیں. لیکن حقیقت وہی ہے جو میں آپ کو اوپر بیان کر چکا ہوں. ایک کام کی بات یہ ہے کہ آپ گہرا اور اپنے ناف تک سانس

لیں۔ناف کی اعضاء میں اپنی اہمیت ہے، بچہ جب ماں کے پیٹ میں ہوتا ہے تو اس کو غذا ناف کے ذریعے ہی ملتی ہے بچہ شروع میں سانس بھی پیٹ کے ذریعے لیتا ہے، بجائے ہماری طرح صرف پھیپھڑوں تک۔اس لیے ناف تک سانس لینے سے ناف کی جگہ اور اس کے چکرا کو توانائی ملتی ہے۔جس کے نتیجے میں ہم پرسکون اور کچھ طاقتور بھی ہو جاتے ہیں۔ پرسکون آدمی جلدی نہیں گھبراتا اور عام لوگوں سے زیادہ دلیر ہوتا ہے، کیونکہ خطرے کے عالم میں بھی نہیں گھبراتا۔

اگر آپ سانس کی مشقیں کرنا ہی چاہتے ہیں تو اس کا سب سے آسان اور بہتر طریقہ یہ ہے کہ آپ زمین پر چوکڑی مار کر بیٹھ جائیں۔اپنی کمر سیدھی کرلیں تاکہ آپ کی ریڑھ کی ہڈی پر کوئی غلط دباؤ نہ پڑے۔اب آپ پھیپھڑوں کو بالکل خالی کریں، پھر آہستہ اور سکون سے ناک کی راہ پیٹ تک گہرا سانس لیں۔پھر سانس کو کچھ دیر تک پیٹ میں روکے رکھیں۔پھر آپ آہستہ سے سانس کو منہ کے ذریعے باہر نکال دیں اور اس وقت یہ تصور کریں کہ آپ کا سب ذہنی تناؤ ہوا کے ساتھ باہر نکل رہا ہے۔پھر سانس کو ناک کی راہ اندر لائیں، روکیں، اور منہ کی راہ باہر نکال دیں۔چند بار ایسا کرنے سے آپ کی تھکن دور ہو جائے گی اور آپ خود کو پرسکون اور انرجی سے بھرپور محسوس کریں گے۔بہتر ہے کہ یہ مشق آنکھیں پوری طرح بند کر کے یا نیم بند کر کے کریں۔

پیٹ تک سانس لینے سے آپ کے جسم کے نچلے دونوں چکرا خود بخود بہتر ہو جاتے ہیں۔ کچھ ماہروں کے کہنے کے مطابق دوسری سانس کی مشق جو مہاتما بدھ نے بتائی تھی، اس میں بھی صرف گہرے سانس لیں اور صرف سانس کو آتے جاتے دیکھتے رہیں اور کچھ نہ کریں۔پھر آہستہ آہستہ آپ کو سانس لینے اور نکالنے میں تھوڑے سے وقفے میں کچھ محسوس ہونے لگ پڑے گا۔ جیسے آپ جسم سے علیحدہ محسوس کرلیں تو پھر مشق سے اس اہلیت کو بڑھایا جا سکتا ہے اور دوسری بہت سی باتیں بھی معلوم کی جا سکتی ہیں جو کہ فاصلے پر ہو رہی ہوتی ہیں۔

مہاتما بدھ نے صرف سانس کو اندر آتے اور جاتے دیکھنے کا بتایا تھا، یہ واحد مشق تھی جو انہوں نے بتائی، خود کو جسم سے علیحدہ محسوس کرنا اور دیکھنا بعد میں شروع کیا گیا۔دراصل سانس کی مختلف اور عجیب و غریب مشقوں میں بھی وہی اصول کارفرما ہے کہ میں اتنی محنت کر رہا ہوں، مجھے اب اس کا پھل ضرور ملے گا۔بہر حال اس طرح کی مشقیں کرتے کرتے کچھ لوگ اس قابل ہو جاتے ہیں کہ وہ اپنے سانس کو بڑے لمبے وقت تک روک سکتے ہیں۔یہ چیز کم از کم ان کی خود اعتمادی میں اضافے کا سبب بن جاتی ہے۔

خود میرا خیال یہ ہے کہ اتنی دیر تک سانس روک لینے والے لوگوں کا اندرونی وجود (اندرونی شخصیت) کسی دوسری جگہ پر یا ان کے جسم کے باہر سانس لے رہا ہوتا ہے، گو انہیں خود اس کا علم نہیں ہوتا۔بہر حال سانس کو بڑی دیر تک (بلکہ کئی دفعہ دنوں تک) روکنے کا ''کرتب'' سیکھنے کے بجائے ان لوگوں کو چاہئے کہ کسی دوسری چیز جیسے لاعلاج بیماری کی شفا یا کسی کے حالات تبدیل یا بہتر کرنے قسم کی چیزیں سیکھی جائیں۔

صحیح گہری سانس لینے کا صحت اور جسم پر بہت اچھا اثر ہوتا ہے ہم عام حالت میں اپنے پھیپھڑوں کا صرف 30 فیصد ہی استعمال کرتے ہی اور آج کل ہوا میں دو سو سال پہلے کی نسبت آکسیجن بھی کوئی 30 فیصد کم موجود ہے، اس لیے گہرے سانس لینا صحت کے لیے بھی اشد ضروری ہے۔



باب نمبر ۱۳

عشق

میں خود عاشق نہیں ہوں اس لیے اس موضوع پر لکھتے وقت قلم ساتھ نہیں دے رہا، سنی سنائی اور پڑھی ہوئی باتیں ہی لکھ رہا ہوں۔ شاید آپ کو ''بہتر'' سمجھ آ سکیں۔ یہ عشق مجازی سے شروع ہو کر عشق حقیقی تک جاتا ہے۔ عشق پر لکھتے وقت بات یہاں سے چل کر اللہ کی برہان تک چلی جاتی ہے۔ انسان کیا کیا اور کتنا لکھ سکتا ہے؟ علامہ اقبالؒ نے مقاصد کے حصول کی لگن کو عشق کہا ہے، فرماتے ہیں:

جب عشق سکھاتا ہے آدابِ خود آگاہی — کھلتے ہیں غلاموں پر اسرارِ شہنشاہی

ہم عموماً عشق کا لفظ وہاں استعمال کرتے ہیں جہاں آدمی اپنے آپ کو بھول کر کسی ایک چیز کے پیچھے پڑ جاتا ہے اور اس کو حاصل کرنے میں ہر چیز حتیٰ کہ اپنی جان بھی فدا کر دیتا ہے، بلکہ عشق الٰہی میں عاشق کا جذبہ ایسا ہوتا ہے کہ اگر اس کو ایک ہزار دفعہ زندگی ملے تو وہ ان سب کو اللہ کو پانے کی راہ میں فدا کر دیگا۔ عاشق بھاری پتھر کو چوم کر نہیں چھوڑا کرتا۔

مولانا رومؒ فرماتے ہیں کہ عشق مجازی میں چند برسوں کے بعد بات ختم ہو جاتی ہے۔ محبوب کی زلفیں جن کو کبھی سیاہ رات سے تشبیہ دی جاتی ہے، کبھی ریشم سے، چند برسوں کے بعد عمر کی زد میں آ کر گدھے کی دم کی طرح بے رونق ہو جاتی ہیں، اس لیے عشق اس سے کرو جو ہمیشہ تازہ رہنے والا ہے۔ عام دنیاوی زندگی میں بھی عشق کا مقام اپنی جگہ ہے، یہاں پر آپ جس چیز سے عشق کریں گے اسے پا لیں گے۔ اس وقت آپ کے ذہن میں ایک ہی بات ہوگی، ایک ہی لگن ہوگی، وہ ہے اپنے مقصد کو پانا۔ اگر آپ پیسے سے عشق کریں گے تو پیسہ پا لیں گے۔ لیکن یہ بڑا مہنگا سودا ہوگا۔ اگر آپ علم سے عشق کریں گے تو علم کو پا لیں گے۔ اگر آپ کسی کھیل میں مہارت حاصل کرنے سے عشق کریں گے تو آپ وہ مہارت پا لیں گے۔ ٹینس کے ایک مشہور کھلاڑی نے کہا ہے کہ ٹینس کا ماہر وہی ہوگا جس کو ٹینس کی بال سے عشق ہوگا۔ کسی فن سے عشق کریں گے تو آپ اس فن کو پا لیں گے۔

اگر آپ اللہ سے عشق کریں گے تو اللہ کو پا لیں گے۔

یہاں شیخ سعدیؒ فرماتے ہیں ''عقل کے ساتھ دنیا تسخیر ہوتی ہے مگر اللہ تک عشق ہی پہنچاتا

ہے"۔ اسلام کی روحانیت میں بھی بات عشق سے ہی شروع ہوتی ہے، ورنہ اللہ تعالیٰ اپنے حبیب ﷺ پر درود کیوں بھجواتا۔ اللہ تعالیٰ ﷻ کے لاتعداد فرشتے جو عبادت میں لگے ہیں، ہمارے چند ایک کے درود شریف پڑھنے سے کیا فرق پڑ جائے گا۔ بات عشق کی ہی ہے۔ جب کوئی فن کار اپنے فن میں کھو جاتا ہے، اس کو اس سے عشق ہو جاتا ہے، تو پھر اس کی آواز اندر سے نکلتی ہے اور سننے والے پر بھی وہی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ دل سے نکلی ہوئی بات ہی دلوں تک جاتی ہے، خالی رٹی ہوئی بات راستے میں ہی دم توڑ جاتی ہے۔ اچھا لکھنے والے جب لکھنے سے عشق کرتا ہے تو پھر لکھتے وقت وہ کھو جاتا ہے۔ قلم لکھتا چلا جاتا ہے، لکھتا چلا جاتا ہے۔ اس کی زندگی کی بہترین تحریریں اسی وقت لکھی جاتی ہیں۔ مولانا روم ہوں، اقبال ہوں، یا بلھے شاہ سب ایسی ہی کیفیت میں لکھتے تھے علامہ صاحب نے تو عشق کے بارے میں بات ہی ختم کر دی فرماتے ہیں:

"اگر ہو عشق، تو کفر بھی مسلمانی، نہ ہو، تو مرد مسلماں بھی کافر زندیق"

ہر رہنما (چاہے سیاسی ہو یا مذہبی) کو چاہیے کہ وہ اپنے کام سے عشق کرے۔ پہلے اسے پورا سمجھے پھر اس کی تہہ تک جائے۔ اس کے بعد ذہن میں رکھے کہ اس کا کام لوگوں کے لیے بہت ہی مفید اور ضروری ہے۔ جب یہ چیز اندر بیٹھ جاتی ہے تو پھر وہ رہنما جس سے بھی بات کرتا ہے، سننے والے کے دل میں اتر جاتی ہے۔ ایسے رہنما کو مقصد کی سچائی کا یقین ہونا بڑا ضروری ہوتا ہے۔ ایسے رہنما عہد ساز ہوا کرتے ہیں۔

روحانیت میں اللہ ایسے بندوں کے درجے بڑی جلدی بلند کرتا ہے جو اس کے بندوں کے بارے میں ہمدردانہ طرز عمل رکھتے ہیں۔ بہت سے ولی اللہ کی کہی ہوئی بات بھی ہے اور میرے ذاتی تجربہ میں بھی پرکھی جا چکی ہے آج کل کے دور میں اگر کوئی اللہ کا عاشق میرے سے آ کر مشورہ لے تو میں اسے پوچھوں گا کہ تم اللہ کو کیوں ڈھونڈ رہے ہو، اگر مل گیا تو پھر کیا اسے بیٹھ کر دیکھتے رہو گے؟ جاؤ اللہ کے بندوں سے عشق کرو۔ جو اللہ کے بندوں سے عشق نہیں کرتا وہ اللہ سے عشق کیا کرے گا، وہ عشق کا واقف کیسے ہوگا۔ جو اللہ کے بندوں سے پیار نہیں کرتا وہ اللہ کے پیار کا حق دار نہیں ہے۔ اللہ کے بندوں سے نفرت کرنے والوں سے اللہ بھی نفرت کرتا ہے، پرانا شعر ہے اور بالکل صحیح ہے کہ:

کرو مہربانی تم اہل زمیں پر
خدا مہرباں ہو گا عرش بریں پر

حضرت موسیٰ علیہ السلام کے زمانے کے چرواہے کی طرح عشق کا وقت اب نہیں رہا، دنیا اب آگے جا چکی ہے۔ جو لوگ اللہ کو پانا چاہتے ہیں ان کے کام کی بات یہ ہے کہ وہ اللہ کو کیسے پائیں گے کہ اللہ کو بندہ اسی وقت دیکھتا ہے جب خود کو نہیں دیکھتا ہے جب خود کو نہیں دیکھتا اور اللہ کیا چیز ہے کہ جو پہچانا وہ خدا نہیں اور جو خدا ہے وہ پہچان میں نہیں آ سکتا۔ بہتر ہے کہ صبر کرو، موت کے بعد ہر کوئی اللہ کو دیکھ لے گا۔ ابھی اس امتحان گاہ (دنیا) میں سے کامیاب گزرو۔ جب عشق انسان پر غالب آ جاتا ہے تو انسان کی عجیب کیفیت ہو جاتی ہے، ایسے عشق میں میں اور تو نہیں رہتا۔

رانجھا رانجھا کوکدیاں میں آپے رانجھا ہوئی

بات عشق لیلیٰ سے چلتی ہے، پھر بات لیلیٰ سے ہوتی ہوئی صرف لیلیٰ لیلیٰ پر جا کر ختم ہوتی ہے۔ اس کی باتیں بہت لوگ کرتے ہیں لیکن عشق کی حقیقت سے واقف نہیں۔ اگر واقف ہو جائیں تو اس سے ایسے بھاگیں جیسے شیطان لاحول پڑھنے سے بھاگتا ہے۔ عشق کی آگ اتنی تیز اور سخت ہے کہ اگر دوزخ کو بھی عذاب دینا ہو گا تو اسے عاشق کے دل میں قید کیا جائے گا۔

ایک کتاب میں ایک بزرگ کا واقعہ ہے، عشق الٰہی میں مبتلا تھے، مدت تک مجاہدے کرتے رہے، ایک دن آواز آئی مانگو کیا مانگتے ہو۔ ان کو سمجھ نہ آیا، کچھ دن کی مہلت لی۔ ایک اور مانے ہوئے بزرگ کی خدمت میں گئے۔ انہوں نے کہا کہ میں عاشقوں میں سے نہیں، فلاں جگہ ایک مرد خدا بھاڑ جھونکا کرتا ہے، وہ تمہیں کچھ بتا سکے گا۔ سائل وہاں گئے اور پوچھا، جواب ملا کل آنا پھر ملے گا۔ دوسرے روز وہاں پہنچے تو پتہ چلا کسی نے ان کو قتل کر دیا ہے، دھڑ ایک ڈھیر پر ملا اور سر دوسرے پر۔ حاکم تک بات پہنچی، اس نے کہا یہ بدمعاش تھا، اس کو شہر سے باہر پھینکوا دو تاکہ کتے کھا سکیں۔ رات قتل ہونے والے بزرگ خواب میں آئے اور کہا "تمہارے سوال کا یہی جواب ہے۔ میرے اوپر اللہ کی بڑی عنایت اور پیار تھا لیکن ساری عمر نہ پیٹ بھر کر کھایا نہ تن کے پورے کپڑے ملے۔ زندگی میں وہ صورت تھی، موت بھی تم نے دیکھ لی۔ عمر بھر غسل نہ نصیب ہوا، نماز و روزہ سے محروم رہا۔ اہل عشق محبت کے ساتھ یہ سلوک ہوتا ہے تم نے مانگنا ہے تو کچھ بھی مانگ لو، عشق کا نام بھول کر بھی نہ لینا"

اوپر بیان کردہ دونوں بزرگ ایک ہی تھے، مانے ہوئے شیخ بھی اور بھاڑ جھونکنے والے بھی لیکن بات عشق کی تھی اس لیے انہوں نے عملی مثال دے دی۔ میرا مشورہ آپ کو بھی یہی ہے

کہ دعا مانگتے وقت احتیاط کریں، کہیں عشق الٰہی نہ مانگ بیٹھیں۔ اگر دعا قبول ہوگئی تھی تو وہی بات ہوگی جو اوپر بیان کی ہے۔ غلام فرید بھی عشق کے بارے میں لکھتے ہیں۔

عشق ہوراں دا کی پچھدے او — عشق دا روگ اوڑا
اگ دا دارو مینہ تے پانڑیں — عشق دا دارو کیہڑا
اگ تے بالے ککھ تے کانے — عشق ساڑے دل میرا
غلام فرید اوتھے کجھ نہیں بچدا — جتھے عشق نے لا لیا ڈیرا

''عشق کا کیا پوچھتے ہو، اس بیماری کا کوئی علاج نہیں ہے، آگ کا علاج تو بارش اور پانی ہے، مگر عشق کا کونسا علاج ہے؟ آگ تو گھاس پھونس جلاتی ہے، عشق میرا دل جلاتا ہے، غلام فرید وہاں کچھ نہیں اگ سکتا، وہ جگہ بنجر ہو جاتی ہے جہاں عشق ڈیرا لگا لیتا ہے''

پھر شاعر کہتا ہے:

پینا ایتھے سہل نہیں کوئی ورلا ورلا پیندا اے
کوئی سیس کٹا کے پیندا اے کوئی چم لہوا کے پیندا اے

[پینا (شراب عشق) یہاں آسان نہیں کوئی کم ہی پی سکتا ہے، کوئی سر کٹا کے پیتا ہے کوئی کھال اتروا کر پیتا ہے]

شراب عشق کی بات ہو رہی ہے، شیخ منصور حلاج اور سرمد کی مثال دی گئی ہے۔ عشق آگ سے نہیں ڈرتا، اس میں بے دھڑک کود جاتا ہے۔ خواجہ غریب نواز معین الدین چشتیؒ فرماتے ہیں عشق کے بارے میں کہ اگر عشق خرد کا رہبر نہ ہو تو وہ کبھی منزل نہیں پا سکتی۔

حضرت نظام الدین اولیاؒ نے فرمایا کہ جس میں علم و عشق ہو وہ خلافت مشائخ کا شایاں ہوتا ہے۔

جب انسان کے دل میں کسی چیز کی شدید چاہت (عشق) ہوتی ہے تو پھر انسان کے لاشعور کا لامحدود حصہ اس کی حد کو آ جاتا ہے۔ یہاں محدود کا لامحدود سے رابطہ ہو جاتا ہے۔ آپ اس چیز کو دنیاوی مقاصد میں بھی استعمال کر سکتے ہیں اگر آپ کے دل میں دنیا، مال و دولت کا شدید چاہت ہو اور وہ آپ کی شدید خواہش بن کر کچھ عرصہ تک لگا تار رہے۔ تو پھر آپ کے لاشعور کا لامحدود تحفہ آپ کو آپ کی خواہش تک لے جائے گا۔ یا آپ کو اس کا راستہ بتا دے گا۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۱۴

کشش کا اصول

عالموں اور سائنس دانوں سب کا اس بات پر اتفاق ہے کہ ہر چیز اپنی قسم کی طرف جاتی ہے۔ یعنی ہر چیز اپنی قسم کی چیز کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ پیسہ پیسہ کو اپنی طرف کھینچتا ہے۔ خوشی خوشی کو اپنی طرف کھینچتی ہے اور پریشانی پریشانی کو۔ اچھا اچھے کو اور برا برے کو اپنی طرف کھینچتا ہے۔ جواری جواری کو اور شرابی شرابی کو۔ بیماری بیماری کو اپنی طرف کھینچتی ہے اور صحت صحت کو، عقل عقلمند کو اور بیوقوفی بیوقوف کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ پیچھے صحبت اور ریفلیکشن میں بھی کشش اور صحبت کی کافی مثالیں موجود ہیں۔

ایک دن حکیم جالینوس بھاگا بھاگا اپنے مطب آیا اور شاگردوں سے کہنے لگا کہ مجھے فلاں دوائی ڈھونڈ کر دو، میں نے کھانی ہے۔ شاگرد کہنے لگے کہ یہ دوائی آپ کے لیے نہیں، یہ تو پاگلوں کے لیے ہے۔ جالینوس کہنے لگا کہ مجھے یہی دوائی چاہئے ہے۔ میں ابھی بازار سے آ رہا ہوں، وہاں ایک پاگل کھڑا تھا۔ وہ مجھے بڑے غور سے دیکھنے لگ پڑا، پھر مجھے آنکھ ماری، لپک کر آیا اور میری آستین چاک کر دی۔ تم لوگ مجھے یہی دوائی دو۔ کیونکہ پاگل نے میری طرف کشش کی تھی اس نے مجھ میں اپنی قسم دیکھی تھی۔ اگر یہ بات نہ ہوتی تو وہ بھی کشش محسوس نہ کرتا، ہر کوئی اپنی قسم کی طرف ہی کھنچتا ہے۔

میرے خیال میں حکیم جالینوس بالکل صحیح کہتا تھا کہ پاگل اور جینئس ملے جلے ہوتے ہیں، دونوں اپنی جگہ سے سرکے ہوئے ہوتے ہیں۔ عام آدمی میں دونوں کا گزارا نہیں ہو سکتا۔ یہ بھی عام دیکھا گیا ہے کہ چار آدمی اگر لاٹری کا ٹکٹ خریدیں تو لاٹری عموماً اسی کی نکلتی ہے جس کے پاس پہلے ہی بڑا پیسہ ہوگا۔ جوئے یا فلاش میں بھی عموماً وہی جیتتا ہے جس کے پاس زیادہ پیسے ہوتے ہیں۔

پاکستان زمینداری میں بھی دیکھا گیا ہے کہ بڑے زمینداروں کی فصلیں عموماً نقصانات سے بچی رہتی ہیں۔ حالانکہ فصلوں کو عموماً قدرتی نقصانات جیسے کیڑے وغیرہ نقصان کرتے ہیں جو کہ چھوٹے اور غریب زمینداروں کا اکثر نقصان ہوتا ہے۔ اسی طرح کمزوروں پر مصیبتیں بھی

قطار در قطار آتی ہیں. اگر کسی کو ایک بیماری لگ جاتی ہے تو عموماً دوسری بیماری بھی شروع ہو جاتی ہے، جیسے اگر کسی کو بلڈ شوگر ہو جائے تو عموماً تھوڑے دنوں کے بعد ہارٹ اٹیک وغیرہ ہو جاتا ہے.

ہماری یہاں کی ہی کہاوت ہے کہ پریشانی اکیلی نہیں آتی. میں یہ کہتا ہوں کہ خوشی بھی اکیلی نہیں آتی، پیچھے اور بھی خوشیاں آرہی ہوتی ہیں. اگر کوئی مکمل بات کرنا چاہتا ہے تو وہ یہی کہہ سکتا ہے کہ ہر چیز اپنی قسم کو اپنی طرف کھینچتی ہے. گو بعض دفعہ بالکل مخالف قسم کی چیزیں بھی آپس میں کشش کرتی ہیں اور اس کے علاوہ انسان جس چیز سے ڈرے اسے اپنی طرف کھینچتا ہے.

جس بھی سوچ کو آپ پہلے راہ دے دیں، اسی قسم کی سوچیں قطار در قطار چلی آئیں گی. آپ تجربہ کر کے دیکھ لیں، منفی اور ہار والی سوچ کو کسی بھی وقت ذہن میں رکھیں، ساری دنیا کی ناکامیاں اور منفی سوچیں آپ کے ذہن میں آجائیں گی. ایک اچھی اور کامیاب سوچ کو ذہن میں رکھیں تو پھر ایسی ہی سوچ اور واقعات کی قطار لگ جائے گی. منفی سوچوں کا حل یہی ہے کہ شروع میں ہی اسے کاٹ کر کوئی اچھی سوچ شروع کر لی جائے تا کہ اچھی سوچیں اس کے پیچھے خود ہی چلی آئیں.

لوگوں کی کشش بھی عجیب ہوتی ہے 1995ء میں مجھے پاکستان جانے کا اتفاق ہوا، وہاں چکوال میں کوئی ڈیڑھ مہینہ رہا. میں بازار سے گزر کر پیدل اپنے دوستوں کو ملنے جایا کرتا تھا. ایک دن میں کچھ اپ سیٹ اور تھکا ہارا تھا اس دن مجھے آنے جانے کے دوران کم از کم درجن بھر ایسے لوگ ملے جو پریشان تھے یا فضول قسم کے تھے. اس دن سے پہلے کوئی چار ہفتے میں اسی راستہ سے گزر کر جاتا تھا، یہی لوگ راستے میں ہوتے ہوں گے، لیکن کسی نے کشش محسوس نہ کی. میں نے محسوس کیا کہ ان پر میرے نظر تو پڑتی تھی لیکن واقف ہونے کے باوجود میں اپنی دھن میں آگے نکل جاتا تھا، لیکن اس دن سب کے سب مجھے گلے ملے اور حسب توفیق میرا سر بھی کھایا. یعنی میں جو پریشان تھا، مزید پریشان کیا. دوسرے دن میں نارمل ہو گیا، پھر وہ لوگ نہ جانے کہاں غائب ہو گئے. بس یہی تجربہ تقریباً ہر ایک انسان کو ہوتا ہے، صرف سمجھنے والا ہی اسے محسوس کر سکتا ہے، میرے ساتھ کئی بار ایسا ہو چکا ہے.

پریشان آدمی پریشانی کو ہی اپنی طرف کھینچتا ہے خوش آدمی خوشی کو. زندگی میں کیسا ہی واقعہ پیش آئے، ہم مسلمانوں کو اس پر پریشان نہ ہونے کا حکم ہے بلکہ اس میں اللہ کی کوئی بہتری سمجھیں کہ جب یہی بات آپ کے اندر بیٹھ جائے گی تو پھر صرف بہتری ہی آپ کی طرف

آسکے گی، پریشانی و خرابی نہیں. پھر آپ کے لیے دنیا میں صرف بہتری ہی بہتری ہوگی.

کیوں کہ ایسا سوچنے کی عادت ڈالنے کے بعد انسان میں نہ تو کسی مشکل یا بدقسمتی کا خوف رہتا ہے اور نہ ہی یہ یقین کہ دنیا میں کوئی واقعی بری چیز اس کی طرف آسکتی ہے، پھر اس کے یقین میں اس کی طرف پہنچنے والی ہر چیز بہتری کا سبب ہی بنتی ہے. یہ یقین اندر بیٹھ جانے کے بعد پھر صرف اچھائی اور خوش قسمتی ہی انسان کے پاس پہنچ پاتی ہے، بدقسمتی کے لیے دوسرے گھر بہت سے ہیں. ہر ایک کو یہ یقین اندر بٹھانے کی کوشش کرنی چاہیے اور یقین والے انسان کے لیے یہ آسان سی بات ہے.



باب نمبر ۱۵

قضا اور قدر، انسان کی حدود

قدر انسان کی کوششوں اور جدوجہد کو قضا اللہ کی مرضی کو کہتے ہیں اور اسے جبر و اختیار بھی کہا جاتا ہے۔ اس بارے میں بتانا آسان نہیں ہے کہ قدر کہاں ختم ہوتی ہے اور قضا کہاں سے شروع ہوتی ہے۔

یہی وہ مقام ہے جس پر انسان کے ارادے ٹوٹ جاتے ہیں کیونکہ پوری دنیا میں دوسری طرف سے بھی ایسی ہی طاقتیں کام کر رہی ہوتی ہیں جن میں سے کچھ روحانی توانائی کے اس ذخیرے کے کم ہونے کے باوجود زیادہ محنت اور آرگنائزیشن سے کام کر رہی ہوتی ہیں جب یہ طاقتیں آپس میں ٹکراتی ہیں تو پھر زیادہ قابل اور موزوں طاقت جیت جایا کرتی ہے۔

ہٹلر اور نپولین نے بھی اپنے اس ذخیرے سے زیادہ کی کوشش کی تو قدرت نے ان کے دماغ میں ناکامی ڈال دی اور انہوں نے غلط کام پر ہاتھ ڈال دیا یعنی روس پر حملہ کر دیا۔ ایسی غلطیاں انسان شعوری طور پر نہیں کرتا بلکہ یہ لاشعور کا کام ہے، لاشعور ہر چیز دیکھ لیتا ہے۔ اسے مستقبل قریب میں ہونے والی ہر چیز کا اندازہ اور پتہ ہوتا ہے، جب وہ یہ دیکھتا ہے کہ انسان اپنی حد سے آگے جا رہا ہے تو وہ اس سے غلطی کروا دیتا ہے۔ پھر غلطی در غلطی ہوتی چلی جاتی ہے۔

قسمت کیا ہے، لاشعوری طور پر صحیح فیصلے کرنا اور غلطیوں سے اتفاقاً بچ جانا۔ اس کا فیصلہ بھی روحانی توانائی کرتی ہے۔ روحانیت میں بھی یہی اصول کارفرما ہے، جس آدمی کا حوصلہ بڑا ہوتا ہے اور اندر توانائی کا ذخیرہ خاصا ہوتا ہے وہ کسی مرشد پیر کے ساتھ چند دن ہی رہ کر بہت کچھ پا لیتا ہے، کسی صحیح ظاہری استاد کے نہ ملنے کے باوجود بھی کسی نہ کسی طریقے سے کامیابی حاصل کر لیتا ہے۔ اس روحانی توانائی کے ذخیرے کو بڑھانا ہی سب سے اہم کام ہے۔ دنیا میں اس کا مکمل آسان اور یقینی طریقہ اسلام میں موجود ہے۔ ہماری نمازیں اور دوسری عبادات قرآن پاک پڑھنا اور ورد وغیرہ (خصوصاً قرآن پاک کی کچھ مخصوص آیات پڑھنا) اسی کو بڑھانے کے لئے ہیں۔ ہمارے لئے اسی لئے نمازیں فرض کی گئی ہیں۔ سورۂ فاتحہ بھی یہی کام کرتی ہے۔ مگر ہم مسلمان اس ذخیرے کے منظم طریقے سے استعمال سے ناواقف ہیں۔

یہ سب وہی وجوہات ہیں جن کے سبب ہمیں سب فرض عبادات کرنے اور قرآن پاک پڑھنے کا حکم دیا گیا ہے۔ اور علم حاصل کرنے کا بھی جو کہ دنیاوی علم سے متعلق ہے، جو کہ آرگنائزیشن (ظاہری اسباب) میں آتا ہے۔

یہ اس کتاب کا اہم ترین پیغام ہے جو میں آپ کو دینا چاہتا ہوں۔

میں اپنے تجربے (محدود تر) اور بہت کچھ سوچنے کے بعد اسی نتیجے پر پہنچا ہوں کہ انسان پر کچھ پابندیاں ایسی ہیں جن سے وہ آزاد نہیں ہو سکتا۔ جیسے پیدا ہونا اور مرنا پیدائش ایک حقیقت ہے اور موت برحق ہے۔ حضرت علیؓ نے اس کی مثال ایسی دی تھی کہ جب کسی نے ان سے پوچھا کہ انسان آزاد ہے یا پابند۔ تو انہوں نے اس شخص سے کہا کہ تم ایک پاؤں زمین سے اٹھا لو۔ جب اس شخص نے یہ کیا تو اسے فرمایا کہ اب دوسرا پاؤں بھی اٹھا لو۔ وہ کہنے لگا کہ یہ تو ممکن نہیں۔ آپ نے فرمایا "یہی انسان کی پابندی اور آزادی کی مثال ہے۔"

بہت سے دانشوروں (اسلامی اور غیر اسلامی) کے اس بارے میں قول پڑھے۔ جس میں سے نتیجہ یہی نکلتا ہے کہ انسان ایک محدود حد تک ہی آزاد ہے اور اس پر طرح طرح کے دباؤ ہیں۔ زیادہ تر کی رائے یہی ہے کہ انسان بہت حد تک تقدیر و حالات کا پابند ہے۔ اور ان میں اکثر کی رائے یہ تھی کہ انسان کو تقدیر کے آگے سرنگوں ہو جانا چاہئے۔

بہر حال یہ ایک حقیقت ہے کہ دریا میں بہاؤ کے ساتھ تیرنا آسان ہے، بہاؤ کے مخالف تیرنا ڈوبنے کے مترادف ہے۔ غوث پاک شیخ عبدالقادر جیلانیؒ کی رائے ان سے مختلف ہے۔ وہ فرماتے ہیں "مرد وہ ہے جو تقدیر سے لڑے" یہی اصل رائے ہے۔ خود میں بھی یہی سمجھتا ہوں کہ زندگی اور موت کی پابندی کے باوجود باقی ہر چیز میں ہم بہت حد تک آزاد ہیں۔ ہمیں جو کچھ ملتا ہے وہ ہمارے یقین، کوششوں، قوت ارادی، جدوجہد، organisation پر انحصار کرتا ہے یہ سب چیزیں مل کر ہماری قسمت بناتی ہیں۔ انسان کے اندر موجود روحانی توانائی کا ذخیرہ جو یقین کامل (faith) کے زیر کمان کام کرتا ہے جتنا بڑا ہو انسان اتنی ہی بڑی سطح پر کامیابی حاصل کرتا ہے۔

"اسی ذخیرے کو بڑھانا اور صحیح طریقے سے استعمال کرنا ہی سب مذہبوں اور روحانیت والوں کا مقصد رہا ہے۔" گو مذاہب اور روحانیت والے اس کے مادی دنیا میں استعمال کے حق میں نہیں ہیں۔ مگر میرے خیال میں مذہبی رہنما اور روحانیت والے اسی پر عمل کریں تو صحیح ہے۔ مگر

دوسرے لوگ جیسے کہ حکمران کاروباری حلقوں سے تعلق رکھنے والے صنعت و حرفت والے اسے مادی دنیا میں ضرور استعمال کریں۔ صرف مادی چیزوں (روپے پیسے، جائیدادیں، سونا چاندی) کے غلام نہ بنیں۔

"حکمران کی عبادت عوام کو جانی و مالی تحفظ دینا اور امن و امان برقرار رکھنا ہے۔ ان کی عبادت تہجد اور رات بھر کی نفلی عبادتیں نہیں۔ یہی وقت وہ رات جاگ کر عوام کی خدمت میں صرف کریں تو انہیں ہزاروں گناہ زیادہ ثواب ملے گا۔"

میرے خیال میں انسان جب بھی اپنے اندر موجود توانائی (روحانی) کو صحیح استعمال کرتا ہے تو بہت سی کامیابیاں حاصل کر سکتا ہے۔ مگر اس ذخیرے کی ایک حد ہوتی ہے، مادی دنیا میں میرے خیال میں ہر مسلمان کے لئے دولت مند بننا کوئی مشکل نہیں، مگر اتنی ہی روحانی توانائی کے ساتھ سارے ملک کی سیاست صحیح نہیں کی جا سکتی یا انقلاب نہیں لایا جا سکتا، ان چیزوں کے لئے زیادہ توانائی کی ضرورت ہوتی ہے، جو کہ کچھ ایسی ہی سوچ رکھنے والے متحد ہو کر کر سکتے ہیں۔

توانائی کا یہ ذخیرہ اگر کسی ایک انسان میں بھی زیادہ بڑا ہو، تو وہ انسان سارے ملک، براعظم یا دنیا میں انقلاب لا سکتا ہے۔ جتنا بڑا یہ ذخیرہ ہوگا، اتنی بڑی تبدیلی یا انقلاب ہوگا لیکن اس کے لئے اسے ساتھ اسباب ظاہری کی بھی ضرورت ہوگی۔ رسول پاک ﷺ کا ذخیرہ پوری دنیا میں مستقل تبدیلی کا سبب بن گیا، چند ہی برسوں میں لاکھوں میل کا علاقہ مستقل طور پر فتح ہو گیا۔ دوسرے بڑے لیڈروں جیسے نپولین یا ہٹلر کا ذخیرہ تو زیادہ تر یورپ فتح کرنے میں کام آیا اور جب اس سے زیادہ بڑھنے کی کوشش کی گئی تو ان کی ہر چیز دھڑام سے زمین پر آ پڑی، اور سب علاقے ان کے قبضے سے بھی نکل گئے۔

ہر انسان اگر خود کو سمجھ سکے تو ہٹلر اور نپولین کی طرح بڑی بڑی تبدیلیاں لا سکتا ہے، گو اس میں پہلے برسوں محنت کرنی پڑتی ہے اپنی اندر موجود روحانی توانائی کے اس ذخیرے کو صحیح استعمال کرنے کی صورت مثبت سوچ، صبر، قوت ارادی، منزل کا یقین، آرگنائزیشن، optimism کے ساتھ یقین کامل کو ملا کر استعمال کرنا ہے۔ پھر بھی جب بھی ہم اپنے ذخیرے کی حد سے اوپر جاتے ہیں تو ناکامیاں ہونی شروع ہو جاتی ہیں۔ کم مقدار میں موجود اس ذخیرے کے ساتھ زیادہ بڑی کامیابیاں اوپر بیان کردہ سب چیزیں ہونے کے باوجود ممکن نہیں، جب اس ذخیرے سے زیادہ کوشش کرتے ہیں تو پھر قضا ہمیں پکڑ لیتی ہے۔

قرآن میں مختلف قوموں کے حالات لکھتے ہوئے، اس میں حضرت یونسؑ کی دعائے معافی کا بھی ذکر آتا ہے. جس میں انہوں نہ کہا:

"لا اله الا انت سبحنك انى كنت من الظلمين"

ترجمہ: (نہیں کوئی معبود مگر تو ہی پاک ہے بے شک میں ظالموں میں سے ہوں)

پیغمبر غلط دعا نہیں مانگا کرتے. حضرت آدم علیہ السلام نے بھی جنت سے نکالے جانے کے بعد ایسی ہی دعا مانگی تھی. پھر قرآن میں سورہ الروم میں ایک قوم کا ذکر لکھا ہے جن پر عذاب بھیجا گیا تھا، اس کا ترجمہ ہے "یہ تو ناممکن تھا کہ اللہ تعالیٰ ان پر ظلم کرتا لیکن (دراصل) وہ خود اپنی جانوں پر ظلم کرتے تھے." ان دونوں مثالوں سے واضح معلوم ہوتا ہے کہ ہم خود ہی بہت حد تک اپنے اچھے برے حالات بنانے کے ذمہ دار ہیں.

یہ دنیا شروع سے ہی دو قسم کے لوگوں میں بٹی ہے، ایک تقدیر (یا قسمت) کی راہ پر چپ چاپ بغیر کوشش کیے چلے جانے والے اور دوسرے کوششوں جدو جہد قوت ارادی اور یقین کامل کی مدد سے راستے بنانے والے. صوفیاء بھی اس سلسلے میں یہی کہتے ہیں کہ خود کو محدود سمجھو تو محدود ہو، لامحدود سمجھو تو لامحدود. کمزور سمجھو تو کمزور، طاقتور سمجھو تو طاقتور. یہ سب اپنی سوچ اور حوصلے کی بات ہے.

ہمارے متحدہ خاندانی نظام میں سارا خاندان اکٹھا چل رہا ہوتا ہے، اس خاندان میں اگر کوئی ایک شخص کوشش کرے تو وہ سارے خاندان کی حالت کو بہتر کر لیتا ہے. مگر دوسری طرف سارے خاندان کی گاڑی کھینچنا نسبتاً مشکل کام ہے، اگر کوئی اکیلا ہی چل پڑے تو زیادہ رفتار سے چلے گا اور کامیابیاں بھی زیادہ حاصل کرے گا.

اسی طرح اپنے پارٹنروں وغیرہ کو ساتھ لے کر چلنا ہوتا ہے، اگر وہ بدقسمت یا آہستہ رفتار والے ہیں تو انہیں کھینچنا مشکل کام ہے. میرے کہنے کا مطلب یہ ہے کہ پہلے اپنی ساری ٹیم (خاندان یا پارٹنر) کی ٹریننگ کریں، انہیں مثبت سوچ اور یقین کا سبق دیں، پھر آپ کی متحدہ رفتار تیز رہے گی. اور اگر آپ نے یہ نہ کیا تو آپ کا یقین اور Optimism اور ان کی بے یقینی مل کر ایک سطح پر آ جائیں گے اور کوئی ترقی نہ ہوگی اسی طرح قوم وملت کی بھی متحدہ قسمت ہوا کرتی ہے. لیڈر اگر بے جان قوم کی صحیح ٹریننگ نہ کریں تو ساری ترقی وقتی ہوتی ہے اور کچھ عرصے کے بعد ختم ہو جایا کرتی ہے. قوم کا درد رکھنے والے رہنما اس کے مطالب پر غور کریں تو اس میں ان کو کافی

غور و فکر کا مواد مل جائے گا. قدرت کے اصولوں کو سمجھ لیں اور صحیح طریقے سے اس پر عمل کریں تو پھر انسان بہت کچھ کر سکتا ہے، ستاروں پر کمندیں ڈالنا بھی اس کے لیے ممکن ہے.

یاد رکھیں ہم زمین پر اللہ تعالیٰ کے نائب (خلیفہ) ہیں.

اصول یہ ہے کہ روحانیت کے شروع کے دنوں میں حالات کے بہاؤ کے ساتھ تیرنا ہے

علامہ صاحبؒ فرماتے ہیں:

خردمندوں سے کیا پوچھوں کہ میری ابتدا کیا ہے
کہ میں اس فکر میں رہتا ہوں، میری انتہا کیا ہے

خودی کو کر بلند اتنا کہ ہر تقدیر سے پہلے
خدا بندے سے خود پوچھے، بتا تیری رضا کیا ہے

❁❁❁❁❁

باب نمبر۱۶

خوداکتسابی(Introspection)

خوداکتسابی اس عمل کو کہتے ہیں جس میں انسان بیٹھ کر اپنے عمل کا جائزہ لیتا ہے کہ میں اس وقت کہاں موجود ہوں اور کس طرف جارہا ہوں میرا کردار اور شخصیت کتنی بہتر ہوتی جارہی ہے۔

حضرت علیؑ کا قول ہے: ''انسان کو چاہئے کہ وہ اپنا تہائی وقت خوداکتسابی میں صرف کرے۔''

اگر انسان خوداکتسابی نہ کرے تو شخصیت میں بہتری کا عمل بہت سست پڑ جاتا ہے۔ دراصل ہم خود کو حقیقت کی نظر سے کم ہی دیکھتے ہیں۔ ہم زیادہ تر اپنے بارے میں دوسروں کی نظر پر انحصار کرتے ہیں کہ دوسرے ہمیں کیا کہتے ہیں۔ مثلاً اگر دوسرے ہمیں خوبصورت کہتے ہیں تو ہم خود کو خوبصورت سمجھیں گے، اگر بدصورت کہیں گے تو خود کو بدصورت سمجھیں گے۔ اگر دوسرے ہمیں عقل مند کہتے ہیں تو ہم خود کو عقل مند تصور کرتے ہیں۔

خود حقیقت کی نظر سے اپنا جائزہ ہم بہت کم ہی لیتے ہیں کہ ہم کتنے بہتر ہو رہے ہیں یا بجائے ذہنی و روحانی ترقی کرنے کے، ہم نیچے کو جارہے ہیں۔ انسان اپنی عادتیں آسانی سے تبدیل نہیں کرتا، یہ بات انسان کی فطرت میں شامل ہے وہ اسی وقت اپنی عادت تبدیل کرتا ہے جب کہ اس کی کوئی مضبوط وجہ ہو۔ مثلاً کوئی آدمی بھی سگریٹ پینے تک آسانی سے نہیں چھوڑ سکتا حالانکہ ہر آدمی کو یہ معلوم ہے کہ سگریٹ پینا غلط چیز ہے۔ بلکہ اسلام میں اگر یہ حرام نہیں ہے تو مکروہ ضرور ہے۔ لوگوں کو میرے سگریٹ پینے کو حرام کہنے پر اعتراض ہوگا۔ بات دراصل یہ ہے کہ اسلام میں ہر چیز جو صحت کے لیے نقصان دہ ہے، حرام قرار دی گئی ہے۔

سگریٹ کے سلسلے میں ایک واقعہ یاد آیا۔ کوئی 1987ء کی بات ہوگی، میں ایمسٹرڈیم میں کیفے اور باروں والے مرکز Liedsplein میں Cafe bull dog کے باہر میز پر بیٹھا ہوا تھا۔ یہاں گرمیوں میں سب لوگ عموماً باہر بیٹھنا پسند کرتے ہیں۔ میرے سامنے کوئی نوجوان افریقن نیگرو بیٹھا تھا جس نے بڑے اچھے کپڑے پہنے ہوئے تھے، چہرے مہرے سے بھی اچھا معقول آدمی معلوم ہو رہا تھا۔ میں نے اپنے لیے اورنج جوس کا آرڈر دیا۔

ان دنوں میں سگریٹ پیتا تھا، چنانچہ حسب معمول جیب سے سگریٹ اور لائٹر نکال کر

سامنے رکھے، خود سگریٹ سلگایا اور بطور اخلاق اسی پڑوسی نیگرو کو ایک سگریٹ آفر کی جو اس نے شکریے کے ساتھ لے لی. پھر میں اپنے اورنج جوس اور سگریٹ میں مشغول ہو گیا، کوئی پندرہ منٹ کے بعد وہی کالا مجھ سے پوچھنے لگا کہ کیا میں تمہارے پیکٹ سے ایک سگریٹ اور لے لوں. مجھے تھوڑا عجیب لگا ایک سگریٹ کی تو کوئی اہمیت نہیں تھی، مگر وہ کالا بڑے اچھے کپڑے پہنے ہوا تھا اور اس کے سامنے خاصی مہنگی سی ڈرنک پڑی ہوئی تھی، بہر حال میں نے کہا کہ ضرور ضرور. لیکن یہی کہتے وقت میری نظر اس کے کپڑوں پر دوبارہ ذرا گہری چلی گئی کہ کہیں وہ واقعی اچھے لباس میں ہے یا میری پہلی نظر نے دھوکا کھایا تھا. کالے نے دوسرا سگریٹ سلگا کر میرا شکریہ ادا کیا، پھر غالباً میری نظر کو تاڑ کر کہنے لگا ''تم یقیناً یہ سوچ رہے ہو گے کہ میں اپنے سگریٹ کیوں نہیں خریدتا''

ہم پاکستانی عموماً ایسی بات نہیں کہتے جس سے کسی کی خودی پر حرف آتا ہو. چنانچہ میں نے کہا کہ یہ بات نہیں ہے لیکن اگر تم مجھے بتانا چاہتے ہو تو بتا سکتے ہو. وہ کہنے لگا کہ میں سگریٹ چھوڑنے کی کوشش میں ہوں، اس لیے میں آج کل اپنے لیے نہیں خریدتا بلکہ اپنے دوستوں وغیرہ سے لے کر پیتا رہتا ہوں پھر کہنے لگا:

I was an addict of heroin and I was a smoker as we!l. I succeeded in quiting herion but I cannot stop smoking.

''میں ہیروئن نوشی میں مبتلا تھا اور اس وقت سگریٹ بھی پیتا تھا، میں ہیروئن چھوڑنے میں کامیاب ہو گیا لیکن سگریٹ نہیں چھوٹ رہے''

میں نے ہنس کر اسے کہا ''تم نے ہیروئن پینی چھوڑ دی جس کو چھوڑنا مشکل ہوتا ہے. اس لیے کہ چھوڑنے کی اس کی تمہارے پاس وجہ موجود تھی کہ اگر ہیروئن پینی نہ چھوڑتے تو بہت برے حالات میں چلے جاتے یا مر جاتے. اس کو چھوڑنے کی تمہارے پاس وزنی اور معقول وجہ تھی. مگر سگریٹ چھوڑنے کی کوئی خاص وجہ نہیں اس لیے نہیں چھوڑ رہے ہو. تم سگریٹ چھوڑنے کی وجہ یہ سوچتے ہو گے کہ یہ صحت کیلئے اچھا نہیں ہے اس کو چھوڑ دو، لیکن فوراً ہی ذہن میں آتا ہو گا کہ اس طرح تو کافی چائے الکحل سب صحت کیلئے خراب ہیں، کیا ان سب کو بھی چھوڑ دوں. تم سگریٹ پی رہے ہو اور پہلے کی طرح صحت مند اور صحیح نظر آ رہے ہو. اس لیے کیوں چھوڑوں. جس دن تمہیں اس کی کوئی معقول وجہ مل گئی اسی دن تم اسے چھوڑ دو گے.''

بات دراصل یہی ہے کہ انسان اپنی عادتیں آسانی سے تبدیل نہیں کرتا جب تک اس کی کوئی معقول وجہ نہ ہو. خود اکتسابی میں بھی یہ ہوتا ہے کہ آپ بیٹھ کر اپنی عادتوں، صفات اور خرابیوں پر غور کرتے ہیں اور جو جو کمی آپ کو خود میں معلوم ہوتی ہے اس کو دور کرتے ہیں. جب تک آپ ان پر غور نہیں کریں گے آپ پر کبھی واضح نہیں ہو گا کہ واقعی آپ کو تبدیلی کی ضرورت ہے، جب یہ واضح ہوتا جاتا ہے تو پھر انسان عادات میں تبدیلی کی کوشش شروع کر دیتا ہے. انسان کو جب حقیقت اور سچائی معلوم ہو جاتی ہے تو پھر وہ اپنی پرانی عادتیں چھوڑ دیتا ہے. سچائی معلوم ہو جانے کے بعد تبدیلی لازمی ہے.

شیخ سعدیؒ کا قول ہے کہ کچھ نہ کچھ عیب سب میں ہوتے ہیں. فرق یہ ہے کہ عقل مند اپنے عیب خود محسوس کر لیتا ہے دنیا محسوس نہیں کرتی، بیوقوف اپنے عیب خود محسوس نہیں کرتا دنیا محسوس کرتی ہے. سالک کو چاہئے کہ اپنے صرف ایسے کمزور پہلوؤں پر توجہ دے جن کی وجہ سے روحانی ترقی کی رفتار کم ہوتی ہے. کیونکہ اپنی شخصیت کو ہی بہتر بنانے میں لگے رہو تو توانائی اسی میں خرچ ہوتی رہتی ہے. جب کہ روحانیت میں ترقی ہو جانے کے بعد یہ کام بڑی آسانی سے ہو جاتا ہے.

لیکن عام لوگوں کو اس پر زیادہ توجہ دینی چاہئے.

(ہمارے دماغ کی پروگرامنگ کے باب میں اس موضوع پر زیادہ تفصیل سے بات ہوئی ہے.)

❁❁❁❁❁

باب نمبر ۱۷

کشف والہام (Intuition)

Intuition یا الہامی صلاحیت کو ساری دنیا کی روحانیت کے سکولوں میں بڑی اہمیت حاصل ہے. بلکہ ہمارے یہاں تو عام لوگوں نے روحانیت کی پیمائش Yard Stick ہی یہ رکھی ہے کہ جو دوسروں کو جتنی زیادہ مخفی حالات اور ہونے والی باتیں بتا سکتا ہے وہ اتنا ہی بڑا پیر یا فقیر ہے.

یہ بات صحیح نہیں ہے، گو کشف وغیرہ کا روحانیت سے کچھ تعلق تو ہے اور ہر روحانی شخص اگر کچھ ترقی کر لیتا ہے تو اس میں کچھ نہ کچھ کشف و روحانی صلاحیتیں خاصی زیادہ دیکھی جن کو اسلام یا کسی دوسری روحانیت کا کوئی پتہ نہیں تھا. ان میں عموماً یہ خداداد صلاحیت تھی یا انہوں نے کوئی علوم مخفیہ (پامسٹری آسٹرلوجی Tarot Card) وغیرہ سیکھ کر پھر کشف والہام میں بھی مہارت حاصل کر لی تھی. وہ دوسری طرف ایسے لوگ بھی مسلمانوں میں ملے جن میں روحانی طاقت بہت زیادہ تھی مگر کشف الہام نہیں تھا. ان میں دوسری کیا صلاحیتیں تھیں، مثلاً ان کا یقین بہت مضبوط تھا جو بھی کام کرتے تھے اس میں کامیاب رہتے تھے، ان کی دعائیں بہت زیادہ قبول ہوتی تھیں، کسی کو بھی دعا دیتے تو اس پر رحمت و برکت ہوتی تھی، جس سے ناراض ہوتے (گو سالک کم ہی کسی پر ناراض ہوتے ہیں) اس کا کباڑا ہو جاتا تھا.

ایسے لوگ عموماً روحانیت کی ایک آدھی لائن جیسے خواب شناسی یا روحانی علاج Healing وغیرہ میں خاصی مہارت رکھتے ہیں. اس کے علاوہ ان کے آس پاس کے لوگ خود بخود ترقی کرتے جاتے ہیں. ان کی موجودگی میں ہر انسان کی صلاحیتیں نکھر جایا کرتی ہیں. دراصل ایسے لوگوں میں غیب کی باتیں بتانے کی پوری صلاحیت پائی جاتی ہے مگر یا تو وہ اسے فضول یا حرام سمجھتے ہیں یا پھر وہ اس سے دب Impress ہو چکے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے وہ یہ نہیں بتا پاتے. مستقبل کے حالات معلوم ہونے سے حالات بہتر کرنا ہی زیادہ اہم ہے اور روحانیت میں آتا ہے. انسان کا مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے اس لیے اس کے صرف امکانات کی ہی پیش گوئی ممکن ہے جب کہ حالیہ موجودہ واقعات کا صحیح بتا لینا بالکل ممکن ہے. آگے حالات معلوم کرنے کے طریقوں کے باب میں اس پر بحث کی گئی ہے.

بات الہام کی ہو رہی ہے۔ یہ ایک ایسی صلاحیت ہے جو بنیادی طور پر ہر انسان میں موجود ہے۔ اب سائنس دان بھی اس کو مانتے ہیں گو وہ الہام کی بات کو حتمی نہیں مانتے، بلکہ یہ کہتے ہیں کہ یہ انسان میں اور جانوروں میں بھی موجود ہے لیکن الہام میں غلطی کا امکان ہمیشہ رہتا ہے، اور ان کی یہ بات صحیح ہے۔

ہم بھی تاریخ پڑھیں تو ہر ملک اور قوم میں کہیں نہ کہیں خفیہ حالات بتانے والوں یا مستقبل کے بارے میں بتانے والوں کا ذکر ملتا ہے۔ یہ بات مجھے ایک دوست نے مولانا روم کے حوالے سے بتائی۔ نہ معلوم یہ صحیح ہے یا غلط، کہ مصر میں کوئی بھی فرعون اس وقت تک تخت پر نہیں بیٹھ سکتا تھا جب تک وہ کشف والہام میں طاق نہ ہو جائے۔ مستقبل کا فرعون ایک خاص کمرے میں جا کر لیٹ جاتا تھا جہاں کمرے کی چھت میں ایک چھوٹا سا سوراخ ہوتا تھا جس میں سے لیٹے ہوئے قطبی تارہ نظر آتا۔ کمرہ کم اونچا ہوتا تھا، وہاں چھت سے دو نلکیاں سی گھوم کر اس کی ناک تک آتی تھیں۔ ہوا چکر کھا کر اس تک پہنچتی تھی۔ فرعون کئی کئی ماہ وہاں جا کر رات مشق کرتا رہتا تھا۔ پھر جب وہ اس میں ماہر ہو جاتا تھا تو اس کا باقاعدہ امتحان لیا جاتا۔ فرعون کا ہمیشہ ایک استاد ہوتا تھا جو کہ اس کو کشف والہام کی تربیت (ٹریننگ) دیا کرتا تھا۔ وہی استاد اس کا آخری امتحان لیا کرتا تھا۔ مثلاً سب لوگوں کے سامنے فرعون سے پوچھا جاتا تھا کہ بتاؤ فلاں شخص اب کہاں پر ہے۔ فرعون الہام سے اس کا جواب دیا کرتا تھا کہ وہ اس وقت بازار میں موجود ہے۔ اس بات کی تحقیق کرنے فوراً ایک آدمی روانہ کر دیا جاتا تھا، جو اس آدمی کے پاس جا کر تحقیق کرتا تھا کہ اتنی دیر پہلے کیا وہ بازار میں تھا۔ اسی طرح کے کچھ سوال اور پوچھے جاتے تھے، جب ان کو صحیح تسلیم کیا جاتا تھا تو پھر ہی فرعون تخت پر بیٹھ سکتا تھا۔

فرعون اس کے علاوہ نظر بندی وجادو وغیرہ میں بھی مہارت رکھتا تھا۔ یہ لوگ شروع میں مصر کے مذہبی پروہت ہوتے تھے، پھر ان کی اہمیت بڑھ گئی تو بادشاہ بن گئے پھر وہاں سے ترقی کر کے اکبر بادشاہ کی طرح خدائی کا دعویٰ کر دیا۔ اکبر بادشاہ تو پھر عہدے سے ''تنزل ہو کر رسالت پر آ گیا تھا اور اس نے دین الٰہی بنا ڈالا لیکن فرعون اپنی بات کے پکے نکلے، سب کے سب خدائی دعوے پر قائم رہے۔''

جانوروں میں بھی خطرے کو وقت سے پہلے محسوس کرنے کی حس موجود ہے اسے بے شمار واقعات موجود ہیں جن میں جانوروں نے کسی واقعہ کے ہونے سے پہلے خطرے کو محسوس کر لیا۔

بہت سے بڑے زلزلے آنے سے پہلے ان شہروں میں موجود بلیاں اور کتے کئی کئی راتوں پہلے سے بے چینی کا مظاہرے کرتے شور وغل مچاتے اور ادھر ادھر بھاگتے رہتے تھے۔ دوسری جنگ عظیم میں اتحادیوں کے ایک جہاز پر ایک بلی تھی۔ وہ جہاز ایک دفعہ اپنے سفر پر روانہ ہوا تو بلی خشکی کی طرف بھاگی۔ جو باورچی اس کا خیال رکھتا تھا اس نے اسے پکڑ لیا اور واپس لے آیا۔ بلی نے پھر بھاگنے کی کوشش کی مگر باورچی نے اسے نہ جانے دیا۔ آخر جب جہاز سمندر میں کافی آگے چلا گیا تو باورچی نے بلی کو آزاد کر دیا۔ بلی جہاز سے ہی چھلانگ لگا کر سمندر میں چلی گئی اور خشکی کی طرف تیر کر جانے لگی۔ جہاز والوں نے اس کو پھر پیچھا کر کے پکڑ لیا اور بلی کو واپس جہاز میں لے جا کر کمرے میں بند کر دیا۔ ایک آدھ دن میں ہی وہ جہاز دشمن کے حملے کے نتیجے میں ڈوب گیا اور بلی بھی اپنے بے وقوف مالکوں سمیت موت کا شکار ہو گئی۔

سائنس دانوں نے مختلف جانوروں پر تجربے کئے، مثلاً مچھلیوں کی کچھ قسمیں ایسی ہیں کہ اگر ان کے بچوں کو کوئی خطرہ ہو تو ان کو فاصلے سے معلوم ہو جاتا ہے۔ سائنس دانوں نے ان کے بچوں کو ایسی بحری جہازوں اور آبدوزوں میں رکھ دیا جن کو جنگ پر جانا تھا، پھر ان کو معلوم ہوا کہ جب بھی آبدوز وغیرہ کو کوئی سنگین خطرہ ہوتا تھا تجربہ گاہ میں موجود مچھلی بے چین ہو جایا کرتی تھی۔

مغرب میں سائنس دانوں نے بہت سے بچوں پر بھی اسی قسم کے مختلف تجربے کئے جن میں کافی سارے تجربات بچوں کی الہامی صلاحیت کے بارے میں تھے۔ سائنس دانوں نے اس میں مختلف قسم کے طریقے استعمال کئے جن میں سے بہت عام طریقہ تاش کے پتوں کا تھا، جس میں کسی منتخب بچے کو سامنے بٹھا کر اس سے تاش کے پتوں کے متعلق پوچھا جاتا تھا۔ امتحان لینے والا تاش میں سے ایک پتہ اٹھا کر بچے سے پوچھا کرتا تھا کہ وہ آنکھیں بند کر کے یہ بتائے کہ وہ کون سے رنگ کا پتہ ہے۔ پھر اگر وہ صحیح رنگ بتاتا تھا کہ یہ چڑیا، پان، حکم یا اینٹ کا پتا ہے تو پھر وہ آدمی اس سے پوچھتا تھا کہ پتے کا نمبر کیا ہے۔ سائنس دانوں نے ہزاروں بچوں پر یہ تجربے کئے کچھ بچوں میں صحیح بتانے کی صلاحیت دوسروں سے بہت زیادہ تھی، ان بچوں پر مزید مختلف تجربات کئے گئے ان میں سے ایک بچی خصوصاً قابل ذکر تھی، اس نے کئی دفعہ پوری کی پوری تاش صحیح بتا دی۔ گو کسی دن وہ صحیح بتا لیتی تھی، کسی دن وہ غلطیاں کرتی تھی۔

لیکن تاش کے باون کے باون پتے صحیح بتا دینا اگر کوئی اربوں دفعہ بھی کوشش کرے بغیر صلاحیت کے ممکن نہیں ہو سکتا۔ ان تجربات میں یہ بھی محسوس کیا گیا کہ کئی بچے سامنے الٹے پڑے

ہوئے پتے کے بارے میں صحیح نہیں معلوم کر سکتے تھے لیکن جو پتہ وہ بتاتے تھے وہ اگلا پتہ ہوا کرتا تھا جو کہ اگلی باری سائنس دان الٹا رکھ کر ان سے پوچھا کرتا تھا. یعنی مستقبل میں آنے والے پتے کا ان کو لاشعوری طور پر پتہ چل جاتا تھا.

ان تجربات میں بچوں میں یہ صلاحیت بڑوں سے زیادہ پائی گئی جو کہ ایک حقیقت ہے. بچوں میں قدرتی یہ صلاحیت ہوتی ہے، مگر جوں جوں وہ بڑے ہوتے جاتے ہیں یہ صلاحیت کم ہوتی جاتی ہے. اس کی وجہ آجکل کی تعلیم ہے. یہ تعلیم جو ہمیں دلائی جاتی ہے یہ عام زندگی میں تو کچھ مددگار ہوتی ہے یا سیدھے لفظوں میں نوکری وغیرہ ڈھونڈنے میں تو مدد کرتی ہے، لیکن ہماری الہامی اور مخفی صلاحیتوں کو ختم کر دیتی ہے. اس تعلیم میں بڑا حصہ سائنسی تعلیم کا ہے، سائنس ہر چیز کی ٹھوس وجہ جاننا چاہتی ہے.

اب یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ سائنس خدا کو نہیں مانتی، مگر زیادہ تر سائنسدان خدا کو ماننے والے ہیں.

پھر سائنس میں حتمی سچائی (Absolute Truth) نہیں ہوتی، اس میں جو بھی سچائیاں ہیں وہ اب تک معلوم ہونے والی چیزوں میں حقیقت سے قریب تر ہیں. یہ بات سائنس کے بنیادی اصولوں میں شامل ہے.

بات کشف والہام کی ہو رہی تھی. یہ انسانی روح کی کوئی غیر فطری یا بڑی صفات میں سے نہیں بلکہ یہ انسانی روح کی عام صفات میں سے ہے. لیکن ہر آدمی اپنی روح کی یعنی اپنے اندر کی آواز نہیں سنتا یا بہت کم سنتا ہے. دراصل اسے سننے کے لیے دماغ کا سکون کی حالت میں ہونا لازمی ہے. اگر انسان کا ذہن زیادہ رفتار سے چلتا ہے اور وہ اپنی سوچیں لگاتار تبدیل کرتا رہتا ہے تو پھر اسے اندر کی آواز نہیں سنائی دیتی. کشف والہام اسے بھی ہوتا رہتا ہے مگر وہ اسے دوسری سوچوں کی طرح ہی سمجھتا ہے اور اسے سنجیدگی سے (سیریس) نہیں لیتا اور اس کا فرق محسوس نہیں کر پاتا. اس صفت پر بھروسہ کرو تو یہ مضبوط تر ہوتی چلی جاتی ہے اور اس پر شک وشبہ کرنے سے یہ ختم ہونی شروع ہو جاتی ہے. جو اس پر شک کرتے ہیں وہ انہیں شک وشبہ ہی دیتی ہے.

اگر آپ پرسکون ہو کر بیٹھیں اور توجہ باقی ہر طرف سے ہٹا کر ایک سوال پر رکھیں. پھر کسی بھی ہونے والی چیز کے بارے میں سوچیں کہ اس چیز یا کام کا کیا نتیجہ نکلے گا، تو عموماً پہلی سوچ جو آپ کے ذہن میں آئے گی وہ آپ کا الہام اس میں صرف انتظار کرنا ہے. لیکن مسئلہ یہ ہوتا ہے

کہ جوں ہی آپ کو یہ کشف ہوتا ہے ساتھ ہی آپ کی دلیل کی سوچ Logic وہاں کود پڑتی ہے. یعنی ساتھ ہی اس کو آواز بھی آجاتی ہے جو کہ عموماً کشف کے مخالف ہوتی ہے اور عام طور پر کشف سے زیادہ واضح اور طاقتور ہوتی ہے. جب کہ کشف والہام جیسے جلدی اور باریکی سے گزر جاتا ہے. اس کو یعنی، پہلی باریک اور تیز گزرنے والی سوچ کو پکڑنا پڑتا ہے، جس کی تھوڑی سی مشق کرنی پڑتی ہے اور دوسری سوچ جو آپ کی دلیل Logic کی آواز ہے یہ بڑی واضح اور مضبوط ہوتی ہے. عموماً انسان اسی سوچ پر بیٹھ جاتا ہے اور پہلی کو رد کر دیتا ہے.

”الہام اور Logic میں ہمیشہ سے ہی رقابت چلی آرہی ہے، جہاں ایک ذہن میں آیا ساتھ ہی دوسرا بھی کود پڑا. اس لیے ان کا فرق پہچاننا لازمی ہے. پکا اصول یہ ہے کہ پہلی سوچ کو ہی پکڑیں، اسی کی دماغ اور یقین کی پروگرامنگ کریں آپ اس کو ٹرائی کریں اور دیکھیں کہ آپ کے سوچے ہوئے نتیجے کس حد تک صحیح نکلتے ہیں. اگر غلطی بھی ہوتی ہے تب بھی اپنی قوت ارادی Determination استعمال کریں اور کوشش جاری رکھیں. پانچ سات بار ناکامی کے بعد انسان کو اس میں کامیابی ہونے لگ پڑتی ہے.

لازمی یہ ہے کہ ایسی کوئی بھی چیز دیکھتے یا محسوس کرتے وقت اگر آپ اپنی قوت ارادگی کا لازمی استعمال کر کے ذہن میں کامیابی ہی رکھنی ہے. غلطی کی وجہ عموماً ہمارے ماضی کی اس چیز کے بارے میں ناکامیاں اور اس سے متاثر ہونا (ڈرنا) ہوتا ہے. ایسا کرتے وقت اپنی اندرونی کیفیت کو صحیح رکھیں. اندر کے ڈر اور گھبراہٹ کو ختم کریں اور تو بڑی جلدی کامیابی ہونے لگ پڑتی ہے. کچھ لوگوں کے لیے یہ مسئلہ ہوتا ہے کہ انہوں نے اپنے ذہن میں کشف والہام سے متعلق اپنی بڑی کم ذہنی حدود (Shell) بنائی ہوتی ہیں، ان کا یہ خیال ہوتا ہے کہ یہ کسی بڑی روحانیت والے کا کام ہے اور وہ اس قابل نہیں ہیں. یہ مسئلہ خصوصاً ان لوگوں کو زیادہ ہوتا ہے جو کہ اس میدان میں کچھ عرصہ یا زیادہ عرصہ الٹی سیدھی ٹکریں مار چکے ہوں، یعنی الٹی سیدھی ناکام کوششیں کر چکے ہوں. پھر ان کے ذہن میں اندر کہیں دور (یعنی لاشعور میں) بیٹھ جاتا ہے کہ ہم یہ نہیں کر سکتے، اور جب یہ اندر بیٹھ گیا تو پھر وہ اس کو واقعی ہی نہیں کر سکیں گے. ان کو اپنے اندر کی اس سوچ کو نکالنا پڑے گا، اپنے پانی کے جانوروں کی طرح بنایا ہوا شیل توڑنا ہوگا یا اسے کافی بڑا کرنا ہوگا، پھر وہ اس میں کامیاب ہو جائیں گے.

کشف یا الہام محسوس کرتے وقت بھی کچھ لوگ صرف تھوڑا سا محسوس ہونے کو ہی اپنی

صلاحیت کی حد سمجھ لیتے ہیں جو کہ عموماً کسی سوال کے جواب میں ہاں یا نہ کی حد تک ہوتی ہے. یعنی ان کو صحیح جواب اور نتیجہ معلوم ہو جاتا ہے اور وہ وہاں ہی خود کو بریک لگا لیتے ہیں، حالانکہ وہ اگر اس سوچ کو پکڑنے کے بعد آگے چلیں تو پھر اور بہت سی چیزیں بھی ان کو معلوم ہو جائیں گی.

اسی طرح کئی لوگ صرف ایک آدھ معمولی چیز معلوم ہوتے ہی، جیسے کسی کے نام کا پہلا حرف معلوم ہوتے ہی واپس بھاگ پڑتے ہیں. حالانکہ وہ اپنی ذہنی حد بڑھائیں تو پورا نام بھی ان کو معلوم ہو سکتا ہے. اکثر اسی طرح اور بہت سی اندرونی حدود ہم نے بنائی ہوتی ہیں جو سوچنے اور غور کرنے پر معلوم ہوتی ہیں. بہر حال عقل مند کے لیے اشارہ کافی ہے. یہی اس میں سب سے بڑی رکاوٹ ثابت ہوتی ہیں.

اسی طرح بہت سے لوگ جو علوم غیب کے کسی ایک علم میں مہارت رکھتے ہیں جیسے رمل جعفر پامسٹری اور کارڈ وغیرہ. وہ لوگ صرف اپنی سید ھا دیکھنے کی صلاحیت پر شک کرنے اور اس کا شیل بنا لینے کی وجہ سے ہی سیدھا نہیں دیکھ پاتے، حالانکہ اپنے منتخب علم میں وہ بہت کچھ معلوم کر لیتے ہیں. درحقیقت ان میں کشف والہام کی صفت خاصی مضبوط ہوتی ہے مگر وہ سیدھے دیکھنے سے لاشعوری طور پر ڈرتے ہیں، کیونکہ انہیں اس پر اعتماد نہیں ہوتا. ان کو چاہئے کہ اسے ٹرائی کریں. جیسے کہتے ہیں Trail and Error، جب تک اس کی ٹرائی (Try) نہیں کریں گے ان کو کیسے اس پر اعتماد اور یقین ہو گا. چند ایک کامیاب تجربوں کے بعد ان کا یقین مضبوط اور صلاحیت بہتر ہونی شروع ہو جائے گی.

یہ ایک حقیقت ہے کہ علوم مخفیہ (یعنی مستقبل اور غیب کے بارے میں علوم) میں کشف و الہام سب سے وسیع اور قابل اعتماد صلاحیت ہوتی ہے. باقی جتنے بھی علم ہیں وہ نامکمل ہیں، اس کے علاوہ ان سے ہر بات کا جواب نہیں دیا جا سکتا جب کہ اس صلاحیت سے ہر بات کا جواب دیا جا سکتا ہے، یعنی جو بھی چھوٹا یا بڑا سوال ہو اس کا جواب مل جاتا ہے. بلکہ جب یہ صلاحیت پوری طرح بیدار ہونے لگ پڑتی ہے تو انسان اس کی مدد سے جانوروں اور بے جان چیزوں سے بھی باتیں کر لیتا ہے، جو کہ عموماً صرف روحانیت کی صفات سمجھی جاتی ہے.

لیکن یہ ایک حقیقت ہے کہ بہت بڑی یا کامیاب سطح پر کشف والہام اسی وقت پہنچتا ہے جب روحانیت کی طاقت اسے پیچھے ہو. گو روحانیت کی عدم موجودگی میں بھی لوگ عام سطح پر خاصی کامیابی سے یہ کام کر سکتے ہیں. لیکن دنیا میں ہر چیز میں بڑی کامیابی کا دارومدار روحانیت

پر ہی ہوتا ہے.

عام لوگوں کے کشف والہام میں اکثر یہ ہوتا ہے کہ برسوں کے تجربات کے بعد یہ صلاحیت پختہ ہوتی ہے. گو کچھ لوگوں میں یہ پیدائشی طور پر ہی بہتر (ترتیب میں) ہوتی ہے اور وہ اسے بچپن سے ہی مان رہے ہوتے ہیں. انہیں اس پر اعتماد ہوتا ہے، جو کہ اس میں اہم ترین چیز ہے. کشف الہام کی مشقیں کرتے وقت ہمیں چاہئے کہ ذہن کو غیر ضروری خیالات اور دوسرے تصورات (Impressions) سے صاف رکھیں. ہمارا ذہن کیمرے کے فوٹو قسم کے اصول پر کام کرتا ہے، اگر اس پر مختلف تصور (Impressions) ہوں تو مزید کوئی اور نہیں آ سکتا. اس لیے اس کو کلیئر اور صاف رکھیں تا کہ اصل امپریشن (Impressions) صحیح طریقے سے آ سکے اور محسوس ہو سکے. کشف الہام میں کچھ دیکھتے وقت اگر آپ تروتازہ اور توانائی (Energy) میں ہیں تو نتیجے بہتر ملتے ہیں، تھکے ہارے اور کسی ذہنی پریشانی میں مبتلا ہونے کی صورت میں عموماً انسان غلطی کرتا ہے.

پھر جب بھی یہ صلاحیت کسی دوسرے کو کچھ بتانے کے لیے استعمال کریں تو اس وقت اپنے آپ کو امتحان میں مبتلا مت سمجھیں ورنہ آپ کی بات غلط ہونے کا ڈر آپ کو ناکام بنا دے گا. شروع میں ایسے بندوں کو بتایا کریں جو آپ کی صلاحیت پر یقین رکھتے ہوں، اور جو لوگ اس صلاحیت پر شک کرتے ہیں ان کو ایسی باتیں مت بتائیں. کیونکہ ہو سکتا ہے کہ ان کی سوچ کی طاقت آپ سے زیادہ ہو اور ان کی بے یقینی آپ کے یقین پر غالب آ جائے اور آپ بھی ناکام ہو جائیں. آپ کی صلاحیت پر یقین کرنے والوں کو آپ بہتر بتا پاتے ہیں. بہتر ہے کہ اکیلے آدمی کے ساتھ ایک کمرے میں بیٹھ کر اسے کچھ بتائیں اور ان سے کہیں کہ وہ آپ پر اعتقاد رکھے. شروع میں ایسے لوگوں کو بتائیں جن کے ساتھ آپ کی کوئی مالی یا ذاتی دلچسپی نہ ہو. ورنہ انسان بعض اوقات اپنی مرضی کے مطابق ہی دیکھنا چاہتا ہے جو کہ کشف میں نہیں ہونا چاہئے. یعنی اپنی ذاتی مرضی اور پسند ناپسند کو ایک طرف رکھ کر اسے بتائیں.

آپ کے لیے یہ لازمی ہے کہ خود کو ہر وقت کشف وغیرہ کا بڑا ماہر تصور کریں اور کچھ عرصہ ایسا تصور کرنے کے بعد یہ سوچ انسان کے اندر بیٹھنے لگ پڑتی ہے (کامیابیاں اس میں مدد کرتی ہیں) یہ تصور اندر بیٹھنے کے بعد ایسا سوچنے کی ضرورت نہیں رہتی، بلکہ یہ انسان کی عام سوچ کا حصہ بن جاتی ہے. اپنے آپ کو ناکام یا چھوٹی سطح کا کشف کا ماہر تصور کرنے والے

ساری عمر چھوٹے ہی رہتے ہیں۔ انسان کو مختلف طریقے سے کشف Intuition ہوتی ہے۔ کچھ لوگوں کو ہونے والی چیزیں یا ہاں اور نہ کا اندازہ ہو جاتا ہے، ایسے ہی کوئی اہم تبدیلی یہ لوگ جیسے ''سونگھ'' لیا کرتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو کسی طرف سے یا غیب سے کوئی آواز آیا کرتی ہے جو انہیں ایسی باتیں بتاتی ہے۔ اسی طرح کچھ کو ہونے والی چیزیں کی ایک آدھ تصویر یا جھلک نظر آ جاتی ہے۔ چند لوگوں کو ہونے والے واقعے کی فلم سی نظر آ جاتی ہے، جو کہ اس صلاحیت کی سب سے مضبوط صورت ہے۔ مگر یہ عموماً ان لوگوں کو نظر آتی ہے جن کی قوت متخیلہ زیادہ ہوتی ہے اور عموماً یہ تصویروں میں چیزیں سوچتے ہیں، یعنی دیکھنے لگ پڑتے ہیں۔

دراصل ہم سب تصویروں میں ہی سوچتے ہیں، مگر اکثر لوگوں کا ذہن اتنی رفتار سے کام کرتا ہے کہ وہ ان تصویروں کو محسوس ہی نہیں کر پاتے۔ اکثر آپ بظاہر کچھ نہیں سوچ رہے ہوتے مگر آپ کا ذہن و لاشعور ہر وقت کی طرح اس وقت بھی بہت سی مختلف چیزوں اور مسائل کو سمجھنے انہیں چھانٹنے اور فیصلے کرنے میں لگا ہوتا ہے۔ ایسے لوگ اگر شمع بینی کی مشق کے ذریعے یا ویسے ہی بیٹھ کر اپنی سوچوں کو پڑھ کر ذہن کی رفتار کم کر لیں تو وہ پھر سب کچھ تصویروں میں دیکھنے لگ پڑتے ہیں۔ پھر ان کو کسی چیز کے بارے میں سوچتے ہی اس کے آگے پیچھے کے حالات کی فلم سی نظر آنے لگ پڑتی ہے جو کہ اس کے حالیہ یا مستقبل کے واقعات سے متعلق ہوتی ہے، گویہ کچھ مشق کے بعد ہوا کرتا ہے ہماری نماز پڑھتے وقت صرف ایک چیز جیسے خانہ کعبہ یا اللہ کی طرف توجہ کرنی اس میں بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے۔ کشف و الہام کی مشق کرتے وقت بیرونی طور پر بالکل پرسکون رہنے کی کوشش کریں۔ کشف کی مشق کرتے وقت بڑی مشکل لوگوں کے لئے یہ ہوتی ہے کہ ان کو اپنی اس صلاحیت پر یقین نہیں ہوتا اور وہ خود کو اس قابل ہی نہیں سمجھتے۔ ان کے خیال میں یہ کسی بڑے ماہر پنڈت، نجومی یا ولی اللہ کا کام ہے، اس طرح لوگ خود کو بالکل محدود کر لیتے ہیں۔

پھر یہ مشق کرتے وقت جوں ہی وہ اس طرف توجہ دیتے ہیں، ساتھ ہی ان کے ذہن میں اکٹھے کئی سوال آ جاتے ہیں۔ مثلاً ''یہ معلوم ہونا کس طرح ممکن ہے۔ اس کی واضح مثال میں نے کہیں نہیں دیکھی، میں غلط جواب دے دوں گا'' یہ سب سوالات ایک سیکنڈ سے بھی کم وقت کے اندر ذہن میں گھوم جاتے ہیں اور لوگ گھبرا کر خود کو منجمد کر لیتے ہیں۔ ان متضاد

(Controversial) سوچوں پر توجہ ہی نہ دیں۔ یہ مشق کرتے وقت ایک مشکل یہ بھی ہوتی ہے کہ کسی شخص یا چیز کے حالات دیکھتے وقت ہمارا ذہن کسی پرانے ملتے جلتے تجربے کو پکڑ کر اس کا عکس حالیہ چیز پر ڈال دیتا ہے، اس چیز سے بھی بچیں۔ یہ دیکھتے وقت محسوس کریں کہ آپ صرف اسی پر متوجہ ہیں اور ان چیزوں کو اپنے سامنے محسوس کر یا دیکھ رہے ہیں، خود کو اپنی اس وقت موجود جسمانی کیفیت اور حالات سے کاٹ کے صرف وہاں ہی رکھیں۔

کسی شخص یا چیز کا سوچتے وقت مستقبل عموماً دائیں ذرا اوپر کی طرف دیکھا جاتا ہے۔ ماضی پیچھے بائیں کی طرف اور حالیہ حالات اس ساتھ ہی اوپر اور پچھلی طرف محسوس کئے جاتے ہیں۔ گو آپ اپنی مرضی کے مطابق انہیں کسی دوسرے طرف بھی دیکھنے کی مشق کر سکتے ہیں۔ اس چیز یا سوال کو محسوس کرتے ہی ذہن کو سائیڈ پر کھلا جمپ سا لگوائیں اور پھر اسے بالکل سکون کے ساتھ واپس آنے دیں، پھر اس سوال یا چیز سے متعلق کچھ بھی اہم چیز یا تبدیلی آپ کو محسوس ہو جائے گی۔ اس میں خود سے سوال کریں اور جواب ملتے ہی اس کے اندر بڑھتے چلے جائیں۔ پھر مزید سوال کریں، آپ کو جواب ملتے چلے جائیں گے۔ اس میں یہ دھیان رکھنا ہے کہ کچھ لوگوں کے خود سے سوال کرتے ہی ان کا دیکھنا اور محسوس کرنا منجمد ہو جایا کرتا ہے، ایسے لوگ خود سے سوال نہ پوچھیں بلکہ جو کچھ سامنے دیکھیں یا محسوس کریں اسی پر توجہ رکھیں۔ کچھ لوگ باری باری ایک سوال چنتے ہیں، جیسے کسی کے کام کے حالات پہلے دیکھتے ہیں پھر اس کے اور فیملی اور بیوی بچوں کے حالات باری باری دیکھتے ہیں۔ یہ دیکھتے وقت اہم ترین یاد رکھنے والی بات اور سبق یہ ہے کہ اس وقت اگر آپ یہ سوچتے ہیں کہ آپ جواب جانتے ہیں تو آپ جواب جان جائیں گے اور اگر یہ سوچیں کہ جواب نہیں جانتے تو نہیں جان پائیں گے۔ اس مشق میں (یعنی کشف والہام میں) دلچسپی لینے والوں کو چاہئے کی مدد سے یہ صلاحیت بہت نکھرنے لگ پڑتی ہے۔

اس میں دلچسپ بات یہ ہوتی ہے کہ کوئی بھی چھٹی حس یا کشف سے معلوم ہونے والی چیز اس طرح ہلکی سی محسوس ہوتی ہے جیسے آپ نے آنکھ کی سائیڈ سے کسی کی جھلک دیکھی اور جب غور کیا تو وہاں کوئی نہیں تھا کشف میں اسی طرح ہلکی سی جھلک آیا کرتی ہے اسے ہی پکڑنے کی مشق کرنی ہے۔

تصور کی مشقیں بھی کرائی جاتی ہیں جن میں طالب علم کو یہ تصور کرنا ہوتا ہے کہ اس کے سامنے ایک ٹی وی کی سکرین موجود ہے۔ وہ بھی یہ تصور کرتا ہے کہ وہ سکرین سبز ہے، پھر پیلی

ہوگئی، پھر گلابی، پھر لال، پھر نیلی (یہ ملتے جلتے رنگ باری باری چند سیکنڈ کے لئے دیکھتے ہیں). ایسا کرنے سے انسان کے لاشعور سے رنگوں کا ڈر نکل جاتا ہے، ورنہ کئی لوگ صرف بلیک اینڈ وائٹ چیزوں کی تصویر دیکھتے ہیں. پھر اسی طرح اس سکرین پر نمبر دیکھے جاتے ہیں، جو کہ عموماً ۱۰ سے لے کر صفر تک تصور کیے جاتے ہیں کچھ لوگ سو سے صفر تک بھی تصور کرتے ہیں (الٹے نمبر چلانے سے آپ کا ذہن دائیں بائیں بھٹکنے کے بجائے وہاں ہی متوجہ اور موجود رہتا ہے). بہر حال یہ سب مشقیں آپ کے لاشعور سے ڈر نکالنے کے لئے کی جاتی ہیں. ایسے مشق کے لئے کسی پرسکون جگہ پر بیٹھ کر تین بار گہرے سانس لیں اور جسم کو آرام دہ اور پرسکون حالت میں لے آئیں پھر آنکھیں بند کر کے سامنے تین چار فٹ کے فاصلے پر بڑی ٹی وی سکرین کا تصور کریں.

ایسی ہی مشقیں مسمریزم (Hypnotism) میں بھی کرائی جاتی ہے مگر ان کی نوعیت تھوڑی اور ہوتی ہے اور عموماً شمع کے شعلے میں دیکھ کر کی جاتی ہیں. جب ٹی وی سکرین کا تصور پکا ہو جاتا ہے تو پھر آپ سے جب بھی کوئی شخص کوئی سوال پوچھتا ہے تو آنکھیں بند کر کے جوں ہی آپ اس سکرین کا تصور کرتے ہیں فوراً ہی آپ کو اس پر یہ جواب نظر آ جاتا ہے، چاہے یہ لکھا ہو نظر آئے یا ایک آدھ تصویر نظر آئے یا پوری فلم چلنی شروع ہو جائے. ایسی چیز استاد سے سیکھنا آسان اور بہتر راستہ ہے مگر کوئی حوصلے والا ہے تو وہ خود ہی یہ سیکھ سکتا ہے. گو ہر روحانی چیز استاد سے ہی سیکھنا صحیح اور یقینی رستہ ہے. اسی طرح کرامات وغیرہ جیسے دوسری جگہ پر چلے جانا، ہوا میں اڑنا، یہ سب بھی کسی دوسرے ایسے کامیابی سے کر لینے والے سے ہی سیکھنا صحیح اور آسان راستہ ہے. کئی بت کم روحانی طاقت رکھنے والے بھی استاد سے یہ ''کرتب'' سیکھ لیتے ہیں. مگر روحانیت کی مدد کے بغیر یہ دوسری کوئی ایسی چیز نہیں کر سکتے.

شروع شروع میں کشف کی مشق اس وقت کریں جب آپ تروتازہ اور توانائی سے بھرپور ہوں اور آپ کا دل مان رہا ہو. کیونکہ شروع کی کامیابیاں یا ناکامیاں ہی ہمارے یقین اور دماغ کے پروگرامنگ کی بنیاد ہوتی ہیں. اس میں کامیابیاں ہوں تو پھر ہم بڑی جلدی ترقی کرتے ہیں.

اسلام کی روحانیت میں کشف کو مختلف نام دیے گئے ہیں کشف کسبی اور کشف وہبی وغیرہ. کشف کسبی ریاضت و محنت سے ملتا ہے کشف، وہبی اولیاء کی طرف سے عطا کیا جاتا ہے. (دراصل یہ صلاحیت بھی ایک انسان میں پختہ ہو کہ دوسرے میں منتقل ہو سکتی ہے) اور آگے ان کے بھی مختلف درجے اور قسمیں بتائی جاتی ہیں لیکن میں یہاں وہی بات کرنا چاہتا ہوں جو لوگوں

کی سمجھ میں آ جائے.

اسلام کی روحانیت میں سالک اللہ سے تعلق کو فنا فی اللہ کی صورت میں بھی استعمال کرتا ہے. اس میں شروع میں فنا فی شیخ پھر فنا فی رسول ﷺ اور بعد میں فنا فی اللہ پر چلا جاتا ہے. فنا فی اللہ میں سالک اپنی مرضی کو ختم کر دیتا ہے اور سب کچھ اللہ کی مرضی پر ہونے دیتا ہے. اس میں مشہور ترین روحانی ہستی غوث پاک شیخ عبدالقادر جیلانیؒ تھے جو فنا فی اللہ تھے، اور کوئی بھی کام کرنے سے پہلے مراقبے میں جا کر اللہ کی مرضی معلوم کرتے اور پھر اسی کے مطابق عمل کرتے تھے. ایسے لوگوں کا اللہ تعالیٰ سے ہر وقت رابطہ رہتا ہے.

اب ہم لوگوں کو روزمرہ زندگی میں کچھ بذریعہ الہام یا کشف بتانے کی طرف آتے ہیں. کامیاب لوگوں کو کچھ بتانے کا ایک کامیابی اور بہتر طریقہ یہ ہے کہ جس شخص نے بھی سوال پوچھنے ہوں اس سے اسکی کوئی چیز مانگ لیں جو کہ دھات وغیرہ کی ہو تو زیادہ بہتر رہتی ہے. جیسے انگوٹھی لاکٹ یا گھڑی وغیرہ، ورنہ عینک یا پین وغیرہ سے بھی کام چل جاتا ہے. پھر اسے سوال پوچھنے دیں. ذہن پرسکون کر کے یہ چیز پکڑ لیں اور جو پہلی تصویر یا چیز محسوس ہو عموماً وہی اہم ترین ہوتی ہے، اور وہ اس وقت ہو رہی ہوتی ہے یا عنقریب ہونے والی ہوتی ہے. اس شخص کی دی ہوئی چیز پکڑنے کا فائدہ یہ بھی ہوتا ہے کہ آپ کا ذہن اسی شخص سے متعلقہ تصویر بناتا ہے، کیونکہ ایسی چیز میں اسے استعمال کرنے والے کی لہریں (Vibration) موجود ہوتی ہیں.

میرے ذاتی تجربے میں بھی آیا کہ آپ اپنے مثبت سوچ کی لگاتار طاقت دے کر (یعنی یہ یقین کرنا کہ آپ کو کشف بالکل درست اور بڑی سطح کا ہے، اس کے لئے دماغ کی پروگرامنگ کا صول دیکھیں) اپنے کشف کو بہت بہتر اور صحیح کر سکتے ہیں. عام لوگوں کے چہرے ان کی کامیابیوں یا ناکامیوں کی کتابیں ہیں، جن پر ان کے مستقبل کے امکانات بول رہے ہوتے ہیں. ایک اسی کے متعلق چھوٹا سا ذاتی واقعہ پڑھنے والوں کے لئے دلچسپی کا سبب ہوگا.

1995ء کی بات ہے میں پاکستان سے واپس ہالینڈ آ چکا تھا اور اپنے کاروبار کو شروع کرنے میں لگا ہوا تھا. ایک دن ایمسٹرڈیم کی مشہور اوپن مارکیٹ البرٹ کیب (Albercyb) میں گیا. وہاں پر اپنے دوست ندیم (ساکن لاہور) کی گوشت کی دوکان ہے، میں اس سے ملنا چاہتا تھا. راستے میں مجھے ایک آدمی زمین پر چھابڑی سی رکھ کر پتھروں اور سیپیوں وغیرہ کی اپنے ہاتھ سے بنائی ہوئی مالا اور ہار وغیرہ بیچتا نظر آیا. مجھے ایسی چیزیں پسند ہیں. اس کے پاس کھڑا

ہوا، کچھ دیگر دیکھنے کے بعد میں نے ایک ہار پسند کیا جس کی قیمت اٹھارہ گلڈر (نوڈالر) تھی۔ میں نے جیب سے پچاس گلڈر کا نوٹ نکال کر اسے دیا۔ وہ کہنے لگا کہ اس نے ابھی تک کچھ نہیں بیچا ہے اس لئے اس کے پاس پیسے نہیں ہیں اور میں خود ہی کہیں سے نوٹ تڑوا کر لاؤں۔ میں نے آگے پیچھے دیکھا لیکن کوئی ایسی جگہ نہیں تھی جہاں سے چینج مل سکتا۔ پھر وہ نوجوان کہنے لگا کہ تم مالا لے جاؤ، بعد میں آ کر مجھے پیسے دے دینا۔ وہ ہالینڈ کی زبان کے بجائے انگلش بول رہا تھا، بعد میں پتہ چلا کہ وہ امریکی ہے۔

میں اس وقت پاکستان میں لاہور سٹاک ایکس چینج میں اپنا دفتر اور کاروبار بینک کرپٹ ہونے کے بعد ٹھپ کر کے واپس آیا تھا اور سب واقف لوگوں کے پیسے بھی دینے تھے۔ کسی کا قرضہ دینا میں سب سے بڑا عذاب ہوتا ہے، میں نے ذاتی طور پر پہلی بار یہ دیکھا تھا اور اس دوران میں مذہبی بھی ہوگیا تھا۔ اس حادثے نے میری زندگی بدل ڈالی تھی۔

میں نے اس چھابڑی والے سے کہا کہ میں یہ نہیں کرسکتا کہ ہار لے جاؤں اور پیسے بعد میں دوں۔ وہ پوچھنے لگا کیوں۔ تو اس نے بتایا کہ میں اپنے ایک دوست کو ملنے اس کی دوکان پر جا رہا ہوں وہاں ممکن ہے کچھ اور واقف کار مل جائیں، مجھے کچھ وقت لگ جائے، اور ہو سکتا ہے تمہارے پیسے دینے ہی بھول جاؤں۔ پھر میں ایک پورا ہفتہ نہیں سو سکوں گا کہ میں نے تمہارے پیسے نہیں دیئے۔ تم یہ مالا رکھو، میں واپس آ کر اس کی قیمت دوں گا۔ وہ میرا انکار سن کر پہلے حیران ہوا پھر پورا سننے کے بعد سمجھ گیا کہ میں ہار کیوں نہیں لے جانا چاہتا۔ میں ندیم کے پاس گیا، وہاں کچھ اور واقف بھی مل گئے۔ کوئی ایک گھنٹے کے بعد میں واپس، چھابڑی والے کے پاس آیا۔ یہ دھیان رکھنے والی بات ہے کہ یہ کوئی باقاعدہ اسٹال لگانے والا یا کھوکے والا نہیں تھا بلکہ ہپی سا نوجوان تھا جو پھٹے پرانے کپڑوں میں سڑک پر کہیں بھی بیٹھ کر چھوٹی موٹی غیر ملکوں (ایشیا و افریقہ وغیرہ) کی چیزیں بیچ کر اپنی دال روٹی چلا رہے ہوتے ہیں۔ اس ہار کے پیسے دیئے تو وہ بولا ''تم میرے لئے بہت لکی ثابت ہوئے ہو'' تم سے پہلے میں نے کچھ نہیں بیچا تھا اور دھندے سے خالی بیٹھا تھا تمہارے جانے کے بعد میں نے دو سو گلڈر کی چیزیں بیچ لی ہیں، اور کچھ آرڈر بھی مل گئے ہیں۔''

میں نے اسے کہا ''میں تمہارے لئے ہی نہیں اپنے ہر ملنے والے کے لئے لکی ہوں'' میرے سب قریبی دوست بڑے بڑے کاروباری بن گئے ہیں'' بافضل تعالیٰ۔

یہ ایک حقیقت تھی، میرا لاہور سٹاک ایکس چینج میں دیوالیہ ہونا بھی میرے لیے مستقبل کی بڑی خوش قسمتی کا سبب بنا تھا، اس کے علاوہ اور بھی بہت سی عجیب و غریب چیزیں ان دنوں میں ہوئی تھیں۔ چونکہ اس نوجوان (جو کہ میرا ہی ہم عمر ہوگا یعنی 35-37 سال کا ہوگا) نے ایک عجیب بات کی تھی جو کہ گورے نہیں کرتے، یعنی مجھے بار بار کہہ رہا تھا کہ بعد میں پیسے دے جانا اور یہ کوئی بڑے دل والا ہی کرتا ہے، خصوصاً گورے یہ کبھی نہیں کرتے۔ اس لئے میں نے اس سے بات چیت شروع کر دی۔ وہ دنیا میں گھومتا رہا تھا۔ افغانستان بھی گیا تھا، بلکہ اس کے کچھ افغانی پکے دوست بھی تھے۔

میں نے اسے ہاتھ دکھانے کو کہا۔ (یہ ہاتھ دیکھنا اس وقت میرے پیشے کا حصہ تھا) ہاتھ دیکھ کر اسے ماضی کی چند ایک باتوں کا بتایا اور اس کے کردار اور اگلے حالات دیکھنے میں لگا ہوا تھا کہ پاس سے دو بیس بائیس سالہ کالے نوجوان (جو جنوبی امریکہ میں سری نام کی پرانی ڈچ کالونی کے لہجے میں ڈچ بول رہے تھے) پاس سے گزرے ایک نے مجھے غور سے دیکھا۔ پھر چند قدم کے بعد پھر مڑ کر دیکھا اور مجھے انگلش میں کہنے لگا (چونکہ وہ مجھے چھابڑی والے کے ساتھ انگریزی بولتا سن چکا تھا) "You are a very lucky man" (تم بہت لکی آدمی ہو)۔

میں نے چونک کر اسے دیکھا، کیونکہ وہ یہ دیکھ چکا تھا کہ میں ہاتھ دیکھ رہا ہوں، گورا نہیں، تو وہ مجھے کیوں کہہ رہا ہے؟ وہ کالا نوجوان (Negro) کوئی بیس فٹ کے فاصلے سے مڑ کر پھر بولا۔ اب میں واضح دیکھ رہا ہوں کہ تم بہت لکی آدمی ہو''۔ مجھے یہ سن کر حیرانی ہوئی کہ اسے کیسے چہرے سے ہی یہ معلوم ہو گیا ہے۔ میں نے اشارے سے اسے پاس آنے کو کہا تو وہ بولا ''نہیں میں بہت جلدی میں ہوں، مگر تم بہت لکی آدمی ہو''۔

اتنے میں وہ کچھ اور دور جا چکا تھا۔ میں نے زور سے اسے کہا ''تم سو فیصد صحیح بات کر رہے ہو'' دراصل انسان کا چہرہ اور اس کی آنکھیں بہت کچھ بول رہی ہوتی ہیں۔ صرف دیکھنے کی نظر اور محسوس کرنے کا یقین چاہئے ہوتا ہے۔ (قارئین کی دلچسپی کے لئے عرض ہے، لاہور سٹاک ایکس چینج میں چھ کاروباریوں کا دوالیہ نکلا تھا جس میں غالباً ہم سب سے کم مالی حیثیت والے تھے مگر 1998ء کیا آخر تک ہم وہاں واحد کاروباری تھے جو اپنے بھاری قرضے اتار چکے تھے، باقیوں نے مڑ کر بھی نہ دیکھا)۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۱۸

حلال و حرام

حلال اور حرام کی تمیز کئے بغیر سالک کا سفر شروع نہیں ہوسکتا. اسلام کی روحانیت میں رزق حلال کو بنیادی اہمیت حاصل ہے. اگر آپ کا رزق حلال نہیں تو پھر آپ کی عمارت کی بنیاد ہی کچی ہے، پہلے اس کو پکا کریں. بابا فرید گنج شکر نے اسے اسلام کا چھٹا رکن کہا ہے.

حلال اور حرام میں مختلف مذہبوں اور معاشروں نے بہت سی چیزوں پر اتفاق کیا ہے جیسے کسی کو تکلیف پہنچانا، ظلم کرنا، مار پیٹ، سب مذہبوں میں حرام ہے (گو ہمارے اکثر مولویوں نے اپنے ہی مذہب مگر مختلف فرقے کے لوگوں کے ساتھ اس کا کرنا حلال رکھا ہے). شراب ہمارے مذہب میں حرام ہے، مگر عیسائی اور یہودی اسے پیتے ہیں (حالانکہ صحت اور ذہن دونوں کے لئے نقصان دہ ہے). دراصل جو برائیاں دوسرے مذہبوں کی زد سے بچ بچا کر ہم تک چلی آئی تھیں یا اہل کتاب (یہودی عیسائی) کے کچھ ماننے والوں نے ان کو سمجھنے کے باوجود کسی مصلحت کی وجہ سے جاری رکھا تھا، وہ اسلام نے آ کر ختم کیں.

اسلام نے عموماً ہر چیز کی خاص وقت پر اور اس کی مصلحت دکھا کر پابندی عائد کی. مثلاً شراب اسلام کے شروع میں حرام نہیں ہوئی تھی. لیکن جب لوگ نماز پڑھنے بھی نشے کی حالت میں آجاتے تھے اور نماز بھی غلط پڑھتے تھے، تو لوگوں کو یہ دکھا کر پھر اس کی ممانعت کی گئی. جان بچانے والی دوائی کی صورت میں اس کی خفیف مقدار جائز ہے (اب یہ دوائی پینے والے کی نیت پر ہے کہ وہ کیا کرتا ہے، بھوکا مرتے وقت جان بچانے کے لئے حرام کھانے کی بھی اجازت ہے).

شراب کی خرابی کی مثال پیش کرنے کے لئے بابل شہر کا ایک واقعہ بیان کیا جاتا ہے جہاں پر اللہ تعالیٰ نے بطور امتحان دو فرشتے انسان کی صورت میں بھیجے تھے. یہ دونوں وہاں عبادت میں لگے رہتے تھے، کچھ لوگوں کو بطور امتحان جادو بھی سکھایا کرتے تھے. ایک دن ایک خوبصورت عورت زہرہ نامی ان کے پاس آئی. چونکہ وہ دونوں انسان کے روپ میں تھے، وہاں اس پر عاشق ہو گئے اور اپنی خواہش ظاہر کی. وہ عورت کہنے لگی "تم ہمارے خداؤں کو برا سمجھتے ہو، تم

انہیں صحیح مانو (یعنی شرک کرو) تو تمہیں اجازت ہے''. وہ دونوں بولے شرک بڑا گناہ ہے، ہم ایسا
نہیں کریں گے. وہ عورت چلی گئی.

پھر وہ عورت کچھ دن کے بعد ایک بچے کو ساتھ لے کر آئی. دونوں نے پھر اپنی خواہش ظاہر
کی، زہرہ کہنے لگی تم شرک کرو. ان دونوں کے انکار پر بولی ''اچھا تو پھر اس بچے کو قتل کر دو پھر
تمہیں اجازت ہے.'' وہ دونوں کہنے لگے نہیں یہ بہت بڑا گناہ ہے، ہم یہ بھی نہیں کر سکتے تو زہرہ
پھر واپس چلی گئی. چند دن کے بعد وہ پھر اسی بچے کے ساتھ آئی ان دونوں کے پھر خواہش کرنے
پر بولی ''تم شرک کرو''. ان کے انکار کرنے پر بولی ''پھر اس بچے کو قتل کر دو اور اپنا کام کرو''.
دونوں نے پھر اس سے انکار کر دیا تو زہرہ نے اپنے تھیلے میں سے شراب کی بوتل نکالی اور بولی
''اسے پیو، پھر بات کرتے ہیں.'' ان دونوں نے وہ شراب پی. پھر دھت ہو کر شرک کا اقرار بھی
کیا، بچے کو بھی قتل کر دیا اور اپنی خواہش بھی پوری کی.

شراب پی کر انسان اپنے جذبات پر کم ہی کنٹرول رکھ سکتا ہے. شراب کو اسی لئے ام
الخبائث کہتے ہیں. کچھ لوگ یہ کہتے ہیں کہ شراب ایک حد تک پینے کا کوئی خطرہ نہیں. مگر بے شمار
تجربات میں معلوم ہوا کہ شاذ و نادر ہی انسان اپنی شراب نوشی کی حد پر قائم رہتا ہے. جس دن بھی
تھوڑا پریشان یا گھبرایا ہوا ہو وہ یہ حد توڑ دیا کرتا ہے، پھر یہ حد ٹوٹی ہی رہتی ہے. اکثر کسی برائی
سے توبہ کرنے والے لوگ شراب پی کر اپنی توبہ توڑ دیا کرتے ہیں. پھر شراب وزن بھی بڑھا دیتی
ہے. اس کے عادی لوگ اس کی خاطر بہت کچھ کر لیا کرتے ہیں. شراب یادداشت کو بھی تباہ کر دیتی
ہے، اونچی ذہانت والوں کو اس سے بچنا ہی چاہئے. اسلام نے ہی اس پر پابندی عائد کی، ورنہ
دوسرے مذاہب والوں نے کسی نہ کسی بہانے اسے حلال کر رکھا تھا.

شراب سے یاد آیا، ایمسٹرڈیم میں میرا ایک دوست تھا، اب کوئی پانچ چھ سال سے
ملاقات نہیں ہوئی. وہ سکھوں کا عالم تھا یعنی گردوارے میں گرنتھ پڑھایا کرتا تھا. اس کا نام ہی
گیانی پڑا ہوا تھا. ایک دن اس سے شراب کے مسئلے پر بات ہوئی تو میں نے اسے بتایا کہ شراب تو
تمہارے مذہب میں حرام ہے. گیانی کہنے لگا کہ نہیں، سکھ مذہب میں حلال ہے. میں ہنسنے لگ
پڑا. اتنی دیر میں ایک اور سردار جو کہ پرانا دوست اور ساتھ آیا ہوا تھا وہ بول پڑا. گیانی سے کہنے لگا
''کون کہتا ہے کہ شراب سکھوں میں حلال ہے. شراب حرام ہے''. سکھوں کے عالم کی معلومات کا

یہ حال تھا. خیر سردار جو ہوئے، اس لئے ان کو معافی ہے.
اب شراب سب گھر والے بیٹھ کر پیتے ہیں لیکن کوئی نوجوان سگریٹ کے قریب بھی جائے
تو ڈنڈا لیکر اس کے پیچھے لگ جاتے ہیں. شاید شراب کی جنگ کی صورت میں ضرورت رہتی تھی اس
لئے جائز ہے. اسلام میں ہر حرام چیز کی وضاحت کی گئی ہے، اس کے علاوہ اصول بتا دیئے گئے اور
ہر وہ چیز بھی حرام ہے جو صحت کے لیے خراب ہے، سگریٹ اگر حرام نہیں تو مکروہ ضرور ہے.
عام آدمی اس اصول کو یاد رکھے کہ کسی بھی کام کو کرتے وقت یہ سوچے کہ اگر ہر آدمی اس
کام کو کرنے لگ پڑے تو پھر معاشرے کا کیا بنے گا، تو اسے حلال و حرام کا فرق بھی معلوم
ہو جائے گا. ہر کام جس سے صحت اور روحانی صلاحیتوں میں بہتری ہو یا معاشرے کے لیے اچھا
ہو، وہ ثواب ہے اور ان کا نقصان کرنا گناہ. پھر وہ چیز جو انسان کے ذہن کو Trance میں لے
جاتی ہے اور انسان کسی قسم کے نشے میں چلا جاتا ہے، وہ بھی حرام ہے. اس میں انسان اپنے حال
سے کچھ غافل سا ہو جاتا ہے، اس لیے مسلمانوں کے کچھ مکتبہ فکر ہر وقت ورد سے بھی گریز کرتے
ہیں. کیونکہ ایسا کرنے والا بعض اوقات دنیاوی کام کاج اور کاروبار پر صحیح توجہ نہیں دے سکتا اور
ان لوگوں کی اس بات سے میں بھی اتفاق کرتا ہوں. اب بہت سی ایسی چیزیں ہیں جو کہ حلال اور
حرام کے بیچ میں لٹکی ہوئی ہیں مثلاً موسیقی، ٹی وی وغیرہ. اس میں سیدھا سادہ اصول یہ ہے کہ اگر
آپ اس چیز کو اچھے مقاصد کے لیے استعمال کرتے ہیں تو یہ حلال ہے، جیسے ٹی وی کو تعلیم اور
تربیت کے لیے بھی استعمال کیا جاتا ہے جو کہ حلال ہے اور اگر خلاف اخلاق چیزیں دیکھنے پر
استعمال ہو تو حرام ہے.

اسی طرح گانے کو اچھے مقصد کے لیے استعمال کیا جائے تو حلال ہے. قرآن پاک ہمیشہ
لے میں پڑھا جاتا ہے. اگر موسیقی کو غلط اور شہوت انگیز طریقے سے استعمال کیا جائے تو حرام
ہے. اسلام نے مسلمان کی نیت پر بہت سی چیزیں چھوڑ دیں ہیں، جو کام بھی آپ اچھی نیت سے
کرتے ہیں وہ حلال ہے اور غلط نیت سے کیا گیا کام چاہئے حلال بھی ہو، وہ غلط قرار دیا گیا
ہے. (گانا حرام نہیں مگر سازوں کے بارے میں علماء کی مختلف رائے ہے) ویسے بیوقوف کے
لیے ہر ایسی چیز حرام ہے. عقلمند کو معلوم ہے کہ انہیں کیسے استعمال کرنا ہے. پھر یہ ایک بڑا آسان
پیمانہ ہے کہ جو چیز صحت کے لیے مضر ہے وہ حرام ہے ہر چیز جو صحت کے لیے اچھی ہے اسے کرنا
نیکی میں آتا ہے. (قلندر کہہ رہا ہے "ہمارا ایک وزیر اعظم یہ نیکی کرتے کرتے عوام کو اپنے پیچھے

لگا بیٹھا تھا'') ہماری شریعت میں جو چیز حرام ہے وہ حرام ہے، اس میں کوئی بحث نہیں. کمزور بنیادوں پر عمارت تعمیر مت کریں. مگر ایک سالک کو اگر ایک طرف اگر کسی غریب وکمزور کا حق مارنا ہو اور دوسری طرف شراب پینی ہو اور اسے یہ مجبوری ہو کہ اس نے ایک کام لازمی کرنا ہے، تو وہ بے دھڑک شراب پی لے گا مگر غریب کا خون نہیں پیے گا.

ہمارے ملک میں بہت بڑی تعداد میں مسلمان پہلا کام بخوشی کرتے ہیں. بلکہ دوسرے میں بھی انہیں کوئی جھجک نہیں. انسان کی ایک فطرت یہ بھی ہے کہ جو غلط کام دوسرے کرتے ہیں اسے برا سمجھتا ہے، مگر جو بھی غلط کام خود کرتا ہوتا ہے اس کا کوئی نہ کوئی جواز تلاش کر لیتا ہے. اسی لیے مذاہب کے ذریعے حلال وحرام کی وضاحت کی گئی. بہر حال یہ مت بھولیں کہ بھوک سے مرتے وقت حرام کھانے کی بھی اجازت ہے. اس لیے ہر چیز کو عقل مندانہ طریقے سے کرنا ہی صحیح ہوتا ہے. کئی دفعہ ایک گناہ بے شمار گناہوں سے بچا لیتا ہے. یہ بھی یاد رکھیں کہ گناہ کرنا پھر لوگوں کو بتانا دوہرا گناہ ہے. اگر کسی کو اس کا علم نہیں ہوا تو مت بتائیں اور اللہ سے معافی مانگیں. ایسے ہی اگر آپ کے غلط اور دہریا عقائد ہیں تو دوسروں کو سنا سنا کر اور ان سے بحث ومباحثہ کر کے ان کا دماغ نہ خراب کریں اور ان کا حوصلہ مت توڑیں یا خیالات مت خراب کریں. ہم میں سے بہت سے لوگ اپنی عقل مندی کو دوسروں پر جتانے کے لیے یا اپنے احساس کمتری کی وجہ سے ایسا کرتے رہتے ہیں.

ہمارے مذہب میں بھی اور ساری انسانیت کے اصولوں میں بھی تشدد غلط ہے، خصوصاً قتل کو سب لوگ بہت بڑا گناہ یا برائی تصور کرتے ہیں. اب اگر کوئی آدمی کسی کی جان بے قصور لیتا ہے تو اول تو اس کا ضمیر ہی اسے ملامت کرتا ہے اور قاتل خود کو کسی نہ کسی طریقے سے سزا دے لیتا ہے یا پھر قانون یہ کام کر دیتا ہے اور اگر وہ آدمی انسانیت سے اتنی دور ہٹ چکا ہے کہ اس کا ضمیر ہی مر چکا ہے، یعنی وہ شخص انسانیت کی دوسری طرف گر چکا ہے تو پھر اس کو کوئی نہ کوئی دوسرا شخص قتل کر دے گا، کیونکہ انسانی خون ایسی چیز نہیں ہے کہ وہ اپنا نشان چھوڑے بغیر جائے ورنہ اس شخص کے بیٹے یا بھائی کو کوئی دوسرا قتل کر دے گا اور یہ اس قاتل کے لیے اتنا ہی بھاری ہو گا جتنا کہ خود اس کا قتل ہو جانا اور اگر کوئی ایسا شخص بھی نکلتا ہے جو ایسا جرم کر کے بھی بچ نکلتا ہے (جو کہ شاذ و نادر ہی ہوتا ہے) تو پھر موت کے بعد سزا و جزا کا قانون اس کا فیصلہ کر دے گا.

سمجھنے والی بات یہ ہے کہ چھوٹے موٹے گناہوں کی تو آسانی سے (یا معافی مانگنے کی

صورت میں) بخشش ہو سکتی ہے، مگر بڑے گناہوں کی بخشش بڑی مشکل سے ہوتی ہے. اسلام واحد مذہب ہے کہ کبیرہ اور صغیرہ گناہوں کا فرق بتاتا ہے اور مسلمان کبھی بلا اشد ضرورت کے بڑا گناہ نہیں کرے گا. صغیرہ گناہ تو اللہ سے معافی مانگنے سے بآسانی معاف ہو جاتا ہے مگر کبیرہ گناہ کی معافی بڑی مشکل ہوتی ہے. ویسے بھی اگر کسی شخص کو مجبوراً کوئی گناہ کرنا پڑ جاتا ہے تو اسے کوشش کرنی چاہیے کہ چھوٹے سے چھوٹا (یا کم سے کم) گناہ کرے. اسی طرح اگر کوئی نیکی کرتا ہے تو بڑی سے بڑی نیکی کرے.



باب نمبر۱۹

تجربات وعقائد کی عینک

ہم سب لوگ زندگی کو اپنے اپنے تجربات اور عقائد کی نظر سے دیکھتے ہیں. یہ ایک بڑا دلچسپ موضوع ہے گو کہ اس کی تفصیلات میں جاتا مجھے کوئی نظر نہیں آیا، جبکہ اسے سمجھنے کے بعد انسان کے بہت سے نفسیاتی مسائل اور الجھنیں حل ہو جاتی ہیں. بلکہ یہ زندگی کو سمجھنے اور دنیا میں ہر کامیابی حاصل کرنے کی کنجی بھی ہے. یہ بات اور ہے کہ ہم سب جس جس ماحول میں رہتے ہیں، جس بھی معاشرے میں پروان چڑھتے ہیں، ہم نے اسی کے نظریات کی عینک لگائی ہوتی ہے. اس کی ایک مثال مولانا روم نے بھی دی ہے جو کہ مذہب اور فرقے کے بارے میں ہے، کہ ہم جس جس بھی مذہب یا فرقے میں پیدا ہوتے ہیں ہم پر وہی عقائد والدین ٹھونس دیتے ہیں اور پھر ہم بڑا ہوتے ہی اپنی رہی سہی توانائی انہیں عقائد کو صحیح سمجھنے میں لگا دیتے ہیں اور ہر چیز کو موڑ توڑ کر انہیں میں فٹ کرنے میں لگے رہتے ہیں.

اصل میں ہم ہر چیز کو اسی نظر سے دیکھتے ہیں، یعنی وہی دیکھتے اور سنتے ہیں جو ہم دیکھنا سننا چاہتے ہیں. محی الدین ابن عربی نے بھی اس کی مثال مذہب کی صورت میں تقلیدی (کسی کی تقلید یا نقل میں ایمان) اور تنقیدی ایمان کی صورت میں اپنی کتاب میں بیان کی ہے. اس کی ایک سادہ سی مثال یورپ میں ایک نیم سائنسی تجربے میں دیکھی جا سکتی ہے.

ایک شخص اپنے ذہن کی طاقت سے ایک چھوٹے سے آلے کے ڈائل کی سویاں ہلا لیتا تھا. یعنی بغیر چھوئے سوچ کی طاقت سے اس آلے کی سویاں ہل پڑتی تھیں. ایک نوجوان سائنس دان نے اس کا تجربہ کیا. پھر اس آلے کو دوسرے کمرے میں رکھ کر دیکھا، پھر بھی وہ سویاں حرکت کرنے لگیں. اس سائنس دان نے اپنے ایک دوسرے ساتھی کو بلا کر دور سے کمرے والا تجربہ دکھایا. دوسرا کمرہ چند سو میٹر کے فاصلے پر تھا. اس دفعہ بھی سویاں حرکت کرنے لگ پڑیں. یہ دونوں سائنس دان بڑے خوش ہوئے، ان دونوں نوجوانوں نے اپنے بوڑھے پروفیسر (استاد) سے اس بات کا ذکر کیا. پروفیسر ان چیزوں پر سرے سے یقین ہی نہیں رکھتا تھا کہ یہ چیز اس طرح ہونی ممکن ہے. دونوں سائنس دان اپنے پروفیسر کے ساتھ اس آلے کے پاس بیٹھ گئے، وقت مقررہ پر آلے میں کوئی حرکت نہ ہوئی. نوجوان سائنس دانوں نے فون کر کے پوچھا تو وہ

سویاں ہلانے والا شخص کوشش کر رہا تھا مگر کچھ بھی نہیں ہو پا رہا تھا. اس کی وجہ یہ تھی کہ بوڑھا پروفیسر وہی کچھ دیکھ رہا تھا جو وہ یقین کرتا تھا کہ ایسی چیز ہونی ممکن نہیں ہے اور اس کے یقین کی طاقت (اور غالباً سوچ کی طاقت بھی) سویاں ہلانے والے شخص سے زیادہ تھی، اسی لیے اب سویاں نہیں ہلتی تھیں.

اس مثال سے آپ بخوبی سمجھ سکتے ہیں کہ کسی کے یقین کی طاقت اور دوسرے کی بے یقینی کی طاقت مل کر صفر پر آ جاتی ہیں. آج کل سب لوگ کرامات پر یقین نہیں کرتے اور یہ بے یقینی اس بوڑھے سائنس دان کی طرح ان کی ہڈیوں میں گھسی ہوئی ہے. اسی لیے وہ وہی دیکھتے ہیں جو وہ دیکھنا چاہتے ہیں، یعنی کرامات کا وجود نہیں ہے اور یہ سب ضعیف الاعتقاد ذہن کے لوگوں کی اختراع ہے. اسی وجہ سے آج کل کرامات بہت کم ہی دیکھنے میں آتی ہیں. آپ یہ سوچیں کہ ایک اڑتا ہوا شخص کتنے ایسے لوگوں کا یقین تبدیل کر دے گا یا اسے ایسے کتنے لوگوں کی بے یقینی کا سامنا کرنا ہوگا، اور اسی وجہ سے اس کا یہ کام کتنا مشکل ہوگا. اسی سلسلے میں حضرت ابوالحسن خرقانیؒ نے فرمایا ''جو کرامات کو لوگوں کے سامنے پیش کرتا ہے. اللہ اس پر کرامات کے دروازے بند کر دیتا ہے.''

پرانے وقتوں میں سب لوگ ان باتوں کو مانتے تھے، اس لیے ایسے کام (کرامات) آسانی سے ہو جاتے تھے. یہی چیز مختلف طریقے سے روحانیت میں بتائی جاتی ہے. مثلاً اسلام کی روحانیت میں نئے نئے صوفی (سالک) کو یہ حکم ہوتا ہے کہ اپنی روحانی ترقی کے بارے میں لوگوں کو نہ بتائے، صرف اپنے پیر یا کسی بہت قریبی آدمی کو بتا سکتا ہے. اس کی ایک وجہ یہی ہوتی ہے کہ نیا نیا ہونے کی وجہ سے سالک کا یقین ابھی پختہ نہیں ہوا ہوتا اور آگے اگر کوئی روحانی چیزوں کو ماننے والا ہو یا نہ ماننے والے ہوں اور دوسرے نہ ماننے والوں کا یقین سالک سے پکا ہو تو پھر وہ چیزیں نہیں ہوا کرتیں، حتیٰ کہ دعا وغیرہ کی قبولیت میں بھی رکاوٹ آ سکتی ہے. پھر لوگوں کو شروع میں روحانی ترقی کا نہ بتانے کی چند وجوہات یہ بھی ہوتی ہیں کہ حسد، نظر یا جادو سے بچانا اور اس کے علاوہ پھر سب لوگ اس کی طرف دیکھنے لگ پڑتے ہیں اور طرح طرح کی دعائیں منگواتے اور امتحان کرتے رہتے ہیں، اس لیے اس جھنجھٹ سے شروع میں بچنا چاہیے.

حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے اس بات کو اس طرح لوگوں کو سمجھایا کہ وہ ایک جگہ بیماروں کا علاج کرنے کے لیے گئے تو وہاں بیمار تندرست نہ ہو سکے. تو حضرت عیسیٰ نے فرمایا ''چونکہ تم لوگ مجھ پر یقین (اعتقاد) نہیں کرتے ہو. اس لیے تم صحت مند نہیں ہو رہے.'' آپ کی یہ مثال

بھی ویسے ہی تھی جیسی اس کتاب میں پہلے بھی بتائی گئی ہے جس میں وہ بے وقوف سے بچنے کے لیے بھاگے جا رہے تھے. تاکہ لوگوں کو اس کی عملی مثال پیش کر سکیں. اس چیز کو ہی گہرا سمجھنے کی ضرورت ہے اگر آپ کسی کے لیے دعا بھی کرتے ہیں تو اس شخص کو آپ پر اعتقاد ہونا چاہیے. اسی طرح تعویذ گنڈے، مزاروں، روحانی علاج اور بے شمار دوسری چیزوں میں بھی یہی اصول کام کرتا ہے. گو ترقی کرنے کے بعد سالک کا یقین اتنا مضبوط ہو جاتا ہے کہ وہ دوسرے کے یقین پر بھی حاوی ہو جاتا ہے. کسی کی کوئی بھی روحانی مدد کرتے وقت اس شخص سے کہیں کہ وہ آپ پر یقین (اعتقاد) رکھے. یہ بہت ہی اہم چیز ہوتی ہے. بہت سے جعلی پیر بھی اس مقصد کے لیے داڑھی، پٹے، محراب ٹوپی اور تسبیح سے ''مسلح'' ہوتے ہیں کہ لوگوں کے ذہن میں روحانی شخصیت کا یہی تصور ہے اس سے باہر کی کسی چیز سے وہ کم ہی متاثر ہوتے ہیں.

یہی چیز آپ مختلف فرقوں کے لوگوں میں دیکھ سکتے ہیں وہ اپنے عقائد والوں کے ذہن میں اتنا کچھ (پروپیگنڈا) ٹھونس دیتے ہیں کہ پھر وہ دوسروں سے متاثر نہیں ہوتے اور چاہیے جتنے بھی کام کی باتیں کی جائیں ان پر بے اثر ہوتی ہیں. سیاسی جماعتوں والے بھی اسی اصول پر کام کرتے ہیں. پھر ان کے کارکن یا ووٹر اپنے لیڈروں کی ہر بات کو الہامی سمجھنے لگ پڑتے ہیں اور بڑی سے بڑی غلطی کی بھی کوئی نہ کوئی توجیہہ ڈھونڈ لیا کرتے ہیں. ایک اہم بات یہ بھی ہوتی ہے کہ کسی بھی مبلغ کو (چاہے مذہبی ہو یا سیاسی) اپنے عقائد کی سچائی پر دل سے یقین ہونا چاہیے اور اسے یہ ماننا چاہیے کہ اس کا عقیدہ (یا پارٹی) ہی لوگوں کو صحیح راہ پر لگا سکتی ہے. جب یہ یقین اندر بیٹھ جاتا ہے تو پھر اس کے تبلیغ کے راستے خود ہی کھلنے لگ پڑتے ہیں. دل سے نکلی ہوئی بات دل تک جاتی ہے. یہی مبلغ صحیح اور کامیاب ترین ہوتا ہے. آپ جو بھی کام یا کاروبار کرتے ہیں اس میں یہ اصول کام کر سکتا ہے اور اگر آپ اپنے کام یا کاروبار کو ٹھگی سمجھتے ہیں تو پھر آپ کی بات میں کیا اثر رہے گا. اپنے کام کو بھی لوگوں کی بھلائی سمجھ کر کریں پھر دیکھیں کتنی کامیابی سے ہوتا ہے.'' اسی وجہ سے دشمنوں کے دلوں میں ان کے غلط ہونے کا شک ڈالا جاتا ہے'' لیکن مسئلہ یہ ہے کہ ہم میں سے بے شمار لوگوں نے غلط عقائد کی عینک لگائی ہوتی ہے اور بہت اندرونی طور پر ہمیں پتہ ہوتا ہے یا شک ہوتا ہے کہ ہم کچھ غلطی پر ہیں اور غلط بنیادوں پر اپنی عمارت تعمیر کیے ہوتے ہیں. ایسی غلطیوں کو دور کرنا روحانی طور پر اور انسان کی ترقی میں بہت زیادہ مددگار ثابت ہوتا ہے.

اگر آپ کو اپنے مذہبی یا کسی بھی عقائد (جیسے سیاسی) پر یہ اعتقاد پکا بیٹھ جاتا ہے تو لوگوں پر آپ کی بات کا حیرت انگیز طریقے سے اثر ہونے لگ پڑتا ہے. میں اس چیز کا ذاتی طور پر بارہا تجربہ کر چکا ہوں اور جس بھی دانشور سے بات ہوئی، انہوں نے بھی اسے مانا (گو ان کا دھیان اس طرف بہت کم ہی گیا تھا).

ہم میں سے بہت سے لوگ غلط عقائد کی کمزور عمارت پر کھڑے ہوتے ہیں اور انہیں اندرونی طور پر اس کا علم ہوتا ہے، اسی لیے ان کی بات میں وزن نہیں ہوتا. اپنے لاشعور کو آپ زیادہ دیر تک بے وقوف نہیں بنا سکتے. یہی غلط تجربات اور عقائد ہماری روحانی ترقی میں بڑی رکاوٹ ہوتے ہیں اور انہیں سمجھنے کے لیے انسان کا کھلا ذہن ہونا چاہئے. ان عقائد و مسائل پر کھلے ذہن سے بحث کرنا (مگر عالموں کے ساتھ) آپ کو بہت سی الجھنوں سے نکال لیتا ہے. اپنے تجربات و عقائد کی یہ عینک ہمیں لازمی صحیح کرنی چاہئے. گو یہ بات بھی مت بھولیں کہ سو فیصد سچ ملنا بڑا مشکل ہوتا ہے.

ایسے ہی اگر آپ اپنے دوستوں کو کوئی ایک سبق آموز کہانی سنا کر چند دنوں کے بعد ان سے علیحدہ علیحدہ اس کہانی کے بارے میں رائے پوچھیں تو آپ یہ دیکھ کر حیران ہوں گے کہ ان کی رائے آپ میں (اور آپ سے بھی) کتنی مختلف ہو گی. کیونکہ ہر شخص نے یاد رکھنے والی چیز کو اپنے عقائد میں فٹ کر لیا اور جو چیزیں اس میں جذب (جذب) نہیں ہوئیں انہیں بھول گیا. ہم میں سے ہر شخص کسی نہ کسی طرح یہی کام کرتا ہے. چونکہ اپنے تجربات و عقائد میں فٹ نہ ہونے والی چیزیں ذہن میں الجھن پیدا کرتی ہیں، اس لیے لاشعور بھی انہیں بھلانے میں مددگار ہوتا ہے. ایسے لوگوں پر مخالف عقائد کی بات اسی وقت اثر کرتی ہے جب کہ دوسری (مخالف کو) کو اپنی سچائی کا دل سے یقین ہو اور اس کا یہ یقین ان لوگوں سے زیادہ گہرا ہو.

یہ بھی یاد رکھیں کہ اس زندگی کو خواب بھی کہا گیا ہے کہ اس آجکل کے لفظوں میں ڈرامہ یا فلم بھی کہہ سکتے ہیں اور میرے ذاتی تجربات میں بارہا یہ بات آئی ہے کہ اگر عام زندگی میں کوئی شخص مضبوط ذہن والا ہے تو جو چیز بھی اس کے اعتقاد و ذہن میں چلی اور بیٹھ جاتی ہے، تو پھر اس اعتقاد کی حفاظت بھی انسان کا لاشعور کرتا رہتا ہے اور الٹا اسے مزید طاقت بھی دیتا رہتا ہے اور چونکہ لاشعور کو ہر ہونے والی بات کا پہلے سے علم ہوتا ہے اس لیے یہ شخص لاشعوری طور پر ہر اس صورتحال کا سامنا کرنے سے بچتا رہے گا جس میں اس کا یہ اعتقاد کمزور ہوتا ہو. اگر ایسے شخص کو

اپنے مخالف (خصوصاً مذہبی) عقائد کی سچائی کا یقین ہو جاتا ہے تو وہ کبھی ایسے شخص کے سامنے نہیں جائے گا جو اس کے عقائد کو کمزور (یا شک میں مبتلا) کر سکتا ہے اور اگر وہ اس شخص کے سامنے کسی وجہ سے پہنچ بھی جاتا ہے تو وہ شخص اس کے موضوع پر نہیں بولے گا. اور پہلے شخص کے عقائد و اعتقاد بچ جائیں گے، کیونکہ وہ صحیح دلیلوں کی عدم موجودگی کی وجہ سے اس پر اثر انداز نہیں ہو گا (مجھے بارہا مختلف لوگوں کے ساتھ اس قسم کے تجربات ہوئے ہیں) اسی طرح جو لوگ اپنی لمبی عمر کا یقین رکھتے ہیں، وہ ہر حادثے والی گاڑی اور جہاز تک سے بچتے چلے جاتے ہیں اسی پر میرے ذہن میں یہ بھی آتا ہے کہ ہر شخص کی روح کو اس کی جسمانی موت کا کچھ عرصہ پہلے ہی پتہ چل جاتا ہے اور اکثر یہ دیکھا گیا ہے کہ اس کی موت کے تھوڑے عرصے کے بعد اس کا ازدواجی ساتھی بھی وفات پا جاتا ہے.

ہم میں سے کافی لوگ لاشعوری طور پر چونکہ دوسروں کا ایمپریشن وغیرہ پکڑتے رہتے ہیں، اس لیے کہیں لاشعوری طور پر وہ بھی اپنے ساتھی کی موت سے متاثر ہو کر جلدی فوت ہو جائے. (گو بظاہر ازدواجی ساتھی کا پیار یا اکیلے رہنا اور بے مقصد زندگی بھی اسکی ایک وجہ ہوتی ہے) اسی طرح اگر آپ اس اصول کو سمجھ لیں تو آپ کی مکمل زندگی تبدیل ہو جائے گی. پھر زندگی کے ڈرامے میں آپ کی مرضی کی ہی فلم چلا کرے گی. جو لوگ زندگی کو دوزخ سمجھتے ہیں وہ ہر ایسی جگہ پر موجود ہوتے ہیں جہاں ان کا یہ یقین محفوظ رہتا ہے، بلکہ زیادہ گہرا اور مضبوط ہوتا ہے اور جو لوگ دنیا کو جنت سمجھتے ہیں وہ ایسے ہر موقع پر موجود ہوتے ہیں جو اس کا ثبوت دیتا رہتا ہے. دنیا جنت ہے یا دوزخ، یہ آپ کے یقین پر ہی منحصر ہے. اس چیز کو سمجھ کر اپنے اندر پکا بٹھا لیں. اپنے اندر دنیا کے اچھے ہونے، ہر کام آسانی سے ہونے، خوشی، صحت مندی، پاس بہت سے پیسے ہونے اور کامیاب زندگی کا یقین بٹھا لیجیے. زیادہ تر لوگوں نے غلط یقین اور زندگی کے مشکلات سے بھرپور ہونے اور خوشیوں کے کم ہونے کا یقین بٹھایا ہوتا ہے اور وہ غلط فلم دیکھ رہے ہوتے ہیں. انہیں چاہئے کہ اسے لازماً تبدیل کریں.

مضبوط یقین و عقائد والا ہمیشہ وہی چیز دیکھتا ہے جو وہ دیکھنا چاہتا ہے اور وہی کچھ سنتا ہے جو سننا چاہتا ہے. اور ہم میں سے بہت زیادہ مسلمان اندرونی (لاشعوری) طور پر بہت گہرے یقین والے ہیں اور اس چیز کے اصولوں سے ناواقف ہونے کی وجہ سے ہی ناکام اور تکلیف بھری زندگی گزار رہے ہیں. میں اس بارے میں زیادہ تفصیل میں نہیں جاؤں گا، لیکن آپ کی

زندگی آپ کے ہاتھ میں ہی ہے. صرف صبر اور یقین کامل کو بھی سمجھ کر آپ اپنی زندگی کو بہت آسان بنا سکتے ہیں. اس میں ایک بات یہ بھی دھیان میں رکھیں کہ ہم لوگوں کی متحدہ خاندانی زندگی ہوتی ہے یعنی ماں باپ، بہن بھائی زندگی کی سب چیزوں میں شریک ہوتے ہیں. اگر آپ مادی طور پر اکیلے ہی سب کچھ تبدیل کریں تو آسان نہیں ہوگا، اس لیے اپنے گھر کے یا ٹیم کے زیادہ سے زیادہ لوگوں کو یہ اصول سمجھائیے. پھر تھوڑے ہی دنوں میں سب کچھ تبدیل اور بہتر ہونے لگ پڑے گا.

اس میں اپنے مرضی کی ہر فلم آپ اپنے اپنے یقین کی طاقت کی مدد سے چلا سکتے ہیں.

اس اصول کو سمجھنے کے بعد آپ کو یہ بھی معلوم ہو جائے گا کہ آپ خود کو جو کچھ سمجھتے ہیں، لاشعور اسی سوچ کی حفاظت کرتا ہے اور اس سوچ کو طاقت دیتا رہتا ہے. آپ خود کو جو مان لیں وہی بن جاتے ہیں. خود کو بہت ذہین مان لیں تو ذہین بن جائیں گے. انسان کس طرح اپنے یقین کے حساب سے ہی چیزیں دیکھتا ہے. اس میں مجھے کولمبس سے متعلق واقعہ یاد آ رہا ہے جب کولمبس امریکہ ڈھونڈنے کے بعد ہوائی کے جزیرے میں پہنچا، تو وہاں کے باشندوں نے پہلے کبھی کسی بڑے، بحری جہاز کو نہیں دیکھا تھا اور نہ اس کے بارے میں سنا تھا. کولمبس کا جہاز جب ان سے کچھ فاصلے پر کھڑا ہوا تو وہ لوگ اسے نہیں دیکھ سکے تھے. حالانکہ بحری جہاز بالکل سامنے کھڑا تھا. پھر جب ملاح چھوٹی کشتیوں پر ان کی طرف گئے تو چھوٹی کشتیاں انہوں نے فوراً دیکھ لیں. کیونکہ ایسی کشتیاں ان کے پاس بھی تھیں. جہاز انہیں کافی کوشش کے بعد نظر آیا. انسان بڑی عجیب و غریب چیز ہے ہم خود کو نجانے کیا کیا دکھاتے پھرتے ہیں. غور سے دیکھا جائے تو زندگی ایک خواب ہی تو ہے.

حدیث پاک ﷺ ہے کہ "اللہ کے کچھ بندے ایسے ہوتے ہیں جو اگر کوئی قسم کھا لیتے ہیں تو اللہ تعالیٰ وہ قسم بھی پوری کر دیتا ہے." اپنے یقین کو انتہا (قسم) کی صورت استعمال کر کے ایسا ہی ہوتا ہے. یعنی کچھ نیک اور پختہ ارادے کے لوگ اپنے یقین کو آخری حد تک (قسم ہمارے مذہب میں انتہائی حد کہی جا سکتی ہے) استعمال کر کے وہی کچھ پا سکتے ہیں جو وہ چاہتے ہیں. وہ جو دیکھنا چاہتے ہیں وہی دیکھیں گے.

میرے ذاتی خیال (اور یقین میں بھی) کرامات کا اصول ہی یہی ہے. روحانیت کے شوق میں مبتلا اور اس کی تلاش میں جن لوگوں نے کشف و کرامات اور دوسری ایسی چیزوں پر شک د

شبہ یا یقین نہ کرنا اپنے اندر "بٹھایا" ہوتا ہے، انہیں بھی ایسا آدمی نہیں ملتا ہے جو انکا یہ یقین تبدیل کر سکے پھر ایسا یقین ہر نئے روحانی کو ملنے اور ناکامی کے بعد مزید گہرا ہوتا چلا جاتا ہے. اسی لیے ہر دور میں ایسے لوگ رہے ہیں جو کرامات وغیرہ پر یقین نہیں کرتے اور ولی اللہ وغیرہ کے پاس جا کر بحث کرتے اور جھگڑتے رہتے ہیں. اس پر غور کریں اور اگر آپ ان چیزوں میں دلچسپی رکھتے ہیں تو خود ان چیزوں کو ماننا "سیکھیں" پھر آپ کا اکثر ان چیزوں سے واسطہ پڑتا رہے گا، آپ نے انہیں مان کر ان کے لیے دروازہ کھول دیا ہے جو پہلے بند تھا. بلکہ جگہ جگہ ایسے لوگ بھی ملیں گے جو آپ کو مختلف واقعات و تجربات اسی کے بارے میں سناتے رہیں گے. مجھے خود اس کا اپنے مختلف عقائد و یقین رکھتے ہوئے مختلف طریقے سے تجربہ ہو چکا ہے. میرا مقصد آپ کو وہی بنانا نہیں ہے، لیکن ہر چیز عقل مندانہ طریقے سے کریں.

تاریخ دانوں، ریسرچ کرنے والوں اور محققین کو عقائد و نظریات کی یہ عینک اتار کر اپنا کام کرنا چاہیے جب کہ مذہبی اور روحانی طالب علموں کو اس کی ضرورت ہوتی ہے. گو روحانیت کے طالب علموں کی عینک ذرا زیادہ وسیع نظر والی ہوتی ہے. فوجیوں کو بھی اس عینک کی ضرورت ہوتی ہے انہیں دشمن سے نفرت کی عینک پہنائی جاتی ہے. فوجیوں کو فلاسفروں کے پاس بیٹھنے دینا اسی لیے خطرناک ہوتا ہے کہ پھر یہ عینک اترنے لگ پڑتی ہے. پھر خود ان چیزوں پر یقین نہ ہو تو آپ کو یہ کیسے مل سکیں گی، جب کہ یہ چیزیں ایک حقیقت ہیں. گو ان کی طاقت میں روحانی شخصیات کے اپنے درجوں کے حساب سے فرق ہوا کرتا ہے.

ایک بات کا اس میں اسلامی روحانیت والے خاص خیال رکھیں. وہ یہ ہے کہ اکثر روحانی یا مقدس ہستی آ کر خواب میں ہدایات دیتی ہے، جو کہ بالکل صحیح ہوتی ہیں. مگر اس میں بھی مستقبل سے تعلق رکھنے والی چیز یا بات سو فیصد نہیں ہو سکتی. کیوں کہ وہ چیز ہمیں اس وقت کے حالات کے حساب سے بتائی جاتی ہے. مگر مستقبل کوششوں، دعا اور اسباب کے ساتھ تبدیل ہوتا رہتا ہے اور مستقبل کا یقینی اور حتمی علم صرف اللہ تعالیٰ کو ہی ہے" گو سالک کو اعتقاد یہ ہی رکھنا چاہیئے کہ اسے 100 بلکہ 110 فیصد باتیں بتائی جاتی ہیں اور اگر کبھی مستقبل میں کچھ تبدیلی بھی ہو جاتی ہے تو اس میں اس کی کوئی بڑی بہتر شامل ہے. سالک کو ہر چیز میں سو فیصد کامیابی کا اعتقاد ہی رکھنا چاہیے. ایسے ہی مستقبل سے متعلق چیزوں کا صحیح علم نہ ہونے کی وجہ سے بڑے بڑے عالم بھٹک سکتے ہیں اور بھٹکتے ہیں.

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۲۰

آسان اور مشکل

آسان یا مشکل یہ صرف آپ کی سوچ کا نام ہے، بات صرف اس اصول کو سمجھنے کی ہے۔ کوئی بھی نیا کام جو آپ کر رہے ہیں، اگر اس کو کرتے وقت آپ کے ذہن میں یہ خیال آ گیا کہ یہ مشکل ہے تو وہ کام مشکل ہو جائے گا اور اگر اس وقت آپ کے ذہن میں یہ آ گیا کہ یہ آسان ہے تو وہ کام آپ آسانی سے کر لیں گے۔ لاشعور اسے جیسے چٹکی بجاتے ہی آسان یا مشکل کر لیتا ہے۔ بظاہر یہ بات بڑی عجیب معلوم ہوتی ہے لیکن حقیقت یہی ہے اور یہ ہمارے لاشعور کی طاقت کی بڑی ادنیٰ سی مثال ہے، آپ اپنی سوچ کے ذریعے ہی بہت سی چیزوں کو خواہ مخواہ مشکل بنا لیتے ہیں۔ کسی کام کو جب آپ مشکل تصور کرتے ہیں تو پھر آپ کا لاشعور اس کے بہت سے طریقے ڈھونڈ لیتا ہے کہ یہ واقعی مشکل ہو جائے۔ مثلاً یہ آپ کو پرسکون (Relax) نہیں رہنے دے گا، آپ وہ کام نروس ہو کر کریں گے اور وہ واقعی مشکل ہو جائے گا۔ آپ اس کی مثال کسی بھی کام میں لے سکتے ہیں۔

آپ توجہ مرکوز کرنے کی مشقیں شروع کریں اور آپ کے ذہن میں آ جائے کہ یہ مشکل کام ہے، تو پھر آپ توجہ مرکوز نہیں کر پائیں گے۔ نماز میں خشوع و خضوع کا نہ ہونا بھی اسی اصول کے تحت ہوتا ہے۔ کسی ہونے والی چیز کے بارے میں اگر آپ بہت زیادہ سوچیں تو پھر آپ کے ذہن میں ایک ڈر سا پیدا ہو جائے گا اور یہ چیز آپ کے لئے کرنی مشکل ہو جائے گی کیونکہ آپ سوچ سوچ کر اسے مشکل کر لیتے ہیں۔ اسی لئے وقت سے پہلے غیر اہم چیزیں مت سوچا کریں۔ کسی بھی نئے کام کو کرنے سے پہلے اگر کچھ دیر آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ آپ اس کام کو کامیابی اور آسانی کے ساتھ کر رہے ہیں تو وہ کام کرنا آپ کے لئے آسان ہو جائے گا۔ یہ تصور آپ نے دس سیکنڈ سے لے کر 30 سیکنڈ تک اپنے اندر رکھنا ہیں۔

اسلام دنیا کا واحد مذہب ہے جو اس بات کو لوگ تک پہنچا سکا ہے، وہ یہ کہ ہر کام کرتے وقت آپ نے ''بسم اللہ الرحمٰن الرحیم'' پڑھنی ہے۔ اس سے یہ کام آسان اور بہتر طریقہ سے

ہوگا. گو بے شمار لوگ جو ہر کام کو کرتے وقت اسے پڑھتے بھی ہیں، انہیں اس کو پڑھنے کی اصل وجہ معلوم نہیں. جب آپ کو یہ اصول معلوم ہو جاتا ہے تو پھر زیادہ مشکل کام کو کرتے وقت تین دفعہ ''بسم اللہ الرحمٰن الرحیم'' پڑھ لیا کریں.

کسی بھی کام کو کرتے وقت اگر آپ اپنی کامیابی کا تصور کریں اور اپنے آپ کو منزل پر پہنچا ہوا تصور کریں تو پھر آپ کا لاشعور آپ کو منزل تک پہنچانے کے ہزار راستے ڈھونڈ نے لگا. ہر کام کو کرتے وقت انسان کو چاہیے کہ اپنے آپ کو اندر تک سکون میں (Relax) اور دلیر رکھے، پھر ہر کام آسانی سے ہو سکتا ہے. ایک یونیورسٹی (غالباً کیمبرج یونیورسٹی میں) ایک تجربہ کیا گیا تھا جس میں پروفیسر نے اپنی کلاس میں موجود 12 نوجوان طالب علموں کو ایک آسان اور عام فہم سا سوال ان کے کاغذوں پر لکھ کر دیا طالب علموں نے اس کا جواب لکھنا تھا. یہ سوال پوچھنے سے پہلے پروفیسر نے انہیں کہا ''یہ بڑا مشکل سوال ہے، اس کا حل کوئی بہت بڑا ماہر ہی کر سکتا ہے مگر پھر بھی آپ اس کا جواب دینے کی کوشش کریں، لیکن یہ بہت مشکل سوال ہے''. یہ مشکل کا لفظ پروفیسر نے کئی بار دھرایا. جب طالب علموں نے جواب لکھے تو تجربہ کرنے والے حیران رہ گئے کہ 12 میں سے صرف 3 نے صحیح جواب لکھے تھے.

اب یہی سوال ایک دوسری جماعت کے 12 طالب علموں کو دیے گئے. سوال دینے والے پروفیسر نے ان سے کہا ''یہ بالکل آسان سوال ہیں، ان کا جواب تو کوئی بچہ بھی دے سکتا ہے، مگر بہر حال آپ نے لکھنے ہیں. لیکن یہ بالکل آسان سوال ہیں''. جب سوالوں کا جواب آیا تو تجربہ کرنے والوں کے لئے اور زیادہ حیرانی تھی. 9 طالب علموں نے اس کا جواب صحیح لکھا تھا. یہ تجربات دھرائے گئے، نتیجہ کم و بیش یہی نکلتا رہا. اس میں اہم بات یہی تھی کہ پروفیسر کا مشکل مشکل دھرانے سے طالب علموں کے لئے آسان سے سوال مشکل ہو جاتے تھے، اور وہ سوال بالکل آسان ہو جاتے تھے جب وہ آسان آسان کہتا تھا. یہی ہمارے لاشعور کے کام کرنے کا اہم اصول ہے.

ہم اپنے ڈر و خوف شک و شبہے منفی سوچ کی وجہ سے بالکل آسان سے کاموں کو مشکل بنا لیتے ہیں. جب کہ ان چیزوں کی غیر موجودگی میں مشکل ترین کام بھی آسانی سے ہو جاتا ہے. امتحان کے لئے میں آپ سے ایک سوال پوچھتا ہوں اگر آپ نے تاریخ پڑھی ہے تو اس وقت

جواب دینا مشکل نہیں ہوگا ورنہ عام آدمی کو ایسی تاریخی معلومات کم ہی ہوتی ہیں، بہر حال آپ نے جواب معلومات عامہ کی کتاب دیکھے بغیر دینا ہے. سوال یہ ہے کہ مشہور سیاح کیپٹن کک نے زمین کے گرد سات چکر لگائے، ان میں سے ایک چکر میں اس کا انتقال ہو گیا. بتایئے وہ کون سا چکر تھا.

اگر آپ یہ جواب صحیح دے لیتے ہیں تو آپ کی تاریخی معلومات قابل تعریف ہیں. اور اگر آپ کو معلوم نہیں ہوتا تو اس سوال کا جواب اسی باب میں لکھا ہوا ہے ڈھونڈ لیں. یہی ہمارے لاشعور کی کہانی ہے. ہم خود ہی اسے آسان یا مشکل کر کے ہر مسئلہ پیش کرتے ہیں.

❁❁❁❁❁

باب نمبر ۲۱

دوسروں کے قدموں میں کھڑا ہو کر دیکھنا

یہ ایک بڑا دلچسپ موضوع ہے. میری خیال میں ہر آدمی کی سمجھ بوجھ اور ذہانت اس کو سمجھ لینے سے ہی کافی بڑھ سکتی ہے. اس کا اصول یہ ہے کہ آپ کو کسی دوسرے سے کوئی بھی کام پڑتا ہے، چاہے آپ اس سے کوئی کاروباری معاملہ کرنے جا رہے ہیں یا اسے تحفہ دینا چاہتے ہیں چاہے کچھ بھی ہے.

ان سب مسئلوں میں آپ نے خود کو دوسرے شخص کی جگہ تصور کرنا ہے کہ اگر آپ اس کی جگہ پر ہوتے تو کیا محسوس کرتے، کس قسم کا تحفہ آپ کے لیے موزوں رہتا. اگر کاروباری معاملے میں ہیں تو دیکھیں کہ اگر آپ گاہک کی جگہ ہوں تو آپ کی بات، آپ کا حلیہ، اعتماد کیسا ہے، آپ کیسے اور کن شرائط پر اس سے بات کر رہے ہیں. ایسا سوچنے سے آپ ہر کام بہتر طریقے سے سرانجام دے سکتے ہیں اور اپنے آس پاس کے لوگوں سے بہتر برتاؤ کر سکتے ہیں.

رسول پاک ﷺ کی حدیث مبارکہ ہے کہ ''مسلمان وہ ہے جو اپنے بھائی کے لیے بھی وہ چیز پسند کرے جو اپنے لیے کرتا ہے''. اس حدیث پاک میں یہ سارا پیغام موجود ہے لیکن ہم اس کی تشریح صحیح نہیں کر پائے، کہ خود کو دوسرے کی جگہ سمجھیں. آپ خود کو دوسرے کی جگہ محسوس کر کے (تصور کر کے) ہی بہت سی الجھنوں سے بچ سکتے ہیں. اگر آپ خاوند ہیں تو خود کو کبھی کبھی بیوی کی جگہ تصور کر کے دیکھیں کہ کیا آپ اس سے صحیح برتاؤ کر رہے ہیں. اگر مالک ہیں تو اپنے ملازم کی جگہ پر خود کو دیکھیں کہ کیا آپ کا برتاؤ مناسب ہے اور اگر آپ ملازم ہیں تو خود کو مالک کی جگہ پر دیکھیں کہ کیا آپ صحیح حق ادا کر رہے ہیں یا نہیں. اس طرح اگر آپ دوکاندار ہیں تو خود کو گاہک کی جگہ تصور کریں کہ آپ کی کیا ضرورت ہو سکتی ہے اور کیا برتاؤ آپ کے ساتھ مناسب رہتا ہے. اگر کوئی مہمان آیا ہے تو خود کو اس کی جگہ تصور کر کے دیکھیں کہ اس کا کیسا برتاؤ کرنا مناسب رہے گا. کسی سے بھی ملنے والے کو کیا آپ پروقار طریقے سے مل رہے ہیں. یہ بھی خود کو اس کی جگہ پر تصور کر کے بھی معلوم ہو سکے گا. اسی طرح بڑے بھائی خود کو چھوٹا بھائی، بہن کی جگہ سمجھیں اور ہر شخص اپنے سے کمزور یا ماتحت کی جگہ خود کو تصور کر کے ان پر ناجائز دباؤ یا بوجھ

ڈالنے سے گریز کیا کریں. دوستی میں، تعلقات میں، کام میں، گھر میں، سکول میں، ہر محفل میں اس چیز کی ضرورت ہوتی ہے. جو اسے جتنا سمجھے وہ اتنا ذہین اور تہذیب یافتہ کہلاتا ہے. اس صلاحیت کو صحیح استعمال کرنے سے انسان کی ذہانت اور سمجھ بوجھ بہت بڑھ جاتی ہے اور اگر کوئی اسے استعمال نہیں کرتا تو ذہین ترین آدمی بھی نامکمل ہے.

شیخ سعدی شیرازی کی ایک کہاوت ہے کہ ایک بوڑھے کی بیوی مرگئی، لوگوں نے اس سے کہا "تم امیر آدمی ہو، دوسری شادی کرلو" وہ کہنے لگا "میں بوڑھی سے شادی نہیں کرنا چاہتا" لوگ بولے بوڑھی سے کیوں شادی کرتے ہو تم امیر ہو تو جوان سے شادی کرلو. بوڑھا بولا "میں بوڑھی سے شادی نہیں کرنا چاہتا، تو کیا تم سمجھتے ہو کہ کوئی نوجوان لڑکی مجھ بوڑھے سے شادی کرنے میں خوشی محسوس کرے گی" اس میں بھی دوسرے کے قدموں میں کھڑا ہو کر دیکھنے کی بڑی اچھی مثال دی گئی ہے. مگر ہم مسلمان اکثر اس معاملے میں بھی روپے سے عورتیں "خرید" لیتے ہیں. پیسے کا وزن انسان سے زیادہ ہی مانا جاتا ہے.

دوسروں کے قدموں میں کھڑا ہونے کا سب سے بہتر استعمال یہ ہے کہ آپ جو بھی کام کرتے ہیں، اپنی جگہ کسی بہت اہم ذہین اور خود اعتماد آدمی کو تصور کریں اور سوچیں کہ اگر وہ آپ کی جگہ پر ہوتا تو اس کام کو کس طرح کرتا. آپ جو بات چیت کسی سے کر رہے ہیں، کوئی اہم آدمی یہ بات کیا اسی طرح کرتا ہے. یہ خصوصاً ایسے موقع پر کریں جب آپ خود اعتمادی (Self Confedence) کھو رہے ہوں. ایسے ہی تصور کرنے کی ایک قسم یہ بھی ہے کہ جو چیز آپ حاصل کرنا چاہتے ہیں تصور کریں کہ وہ آپ کو مل چکی ہے، آپ کے پاس موجود ہے، آپ اسے استعمال کر رہے ہیں. پھر دیکھیں کہ آیا اس چیز کی واقعی ہی کوئی اہمیت بھی ہے یا آپ اسے ویسے ہی حاصل کرنا چاہتے تھے. بہت سی چیزیں دور سے اچھی لگتی ہیں، مل جائیں تو ان کی کوئی اہمیت نہیں رہتی اور جتنی بھی کوئی چیز حاصل کرنی دشوار ہوتی ہے پرکشش لگتی ہے.

ہم لوگ بھی کبھی کسی چیز کا اتنی شدت سے اور برسوں پیچھا کرتے رہتے ہیں کہ جب وہ ملتی ہے تو ہم اس کی بہت بھاری قیمت (وقت، محنت، پیسہ، مختلف صورت میں) دے چکے ہوتے ہیں، جب کہ وہ چیز اتنی اہم اور لازمی نہیں ہوتی. ہر شخص کو زندگی میں اس حقیقت سے واسطہ پڑتا ہے. تصور میں مطلوبہ چیز پاس موجود ہونے کا دیکھنے کی صورت میں آپ اس طرح دیکھ کر بہت سی الجھنوں سے بچ سکتے ہیں، خصوصاً اگر آپ کسی چیز کو نہ ملنے کی صورت میں پاگل ہوئے

جارہے ہیں تو ایسا کر کے دیکھیں کہ کہیں آپ سراب کا پیچھا تو نہیں کر رہے.

اگر آپ کی کسی سے کوئی سیاسی یا مالی دشمنی ہے تو اس کے قدموں میں کھڑا ہو کر دیکھیں کہ کچھ دشمنی کرنا اس کا حق ہے، خصوصاً اگر وہ شریف دشمن ہے اور گری ہوئی حرکتیں نہیں کرتا. ایسی دشمنی بھی کبھی کسی دوسرے سے دوستی کی خاطر بھی کرنی پڑتی ہے. اس چیز کو سمجھ کر ہی انسان تہذیب یافتہ اور ذہین کہلانے کے قابل ہوتا ہے. اس صلاحیت کا ہونا کسی بھی اہم اور بڑی شخصیت کے لیے ضروری ہوتا ہے. ہم میں سے بہت زیادہ تعداد میں لوگ سرابوں کا پیچھا کر رہے ہوتے ہیں. یہ سراب عموماً مال و دولت، شہرت یا جنسیات کی صورت میں ہوتے ہیں، گو ان کی بے شمار اور بھی صورتیں ہیں. سرابوں کا پیچھا کرنا آسان ہوتا ہے، حقیقت کا سامنا کرنا مشکل ہوتا ہے. اس کا علاج یہی ہے کہ وہ چیز تصور میں اپنے پاس دیکھ کر اس کا وزن کرلیں، عقل مندی اسی کو کہتے ہیں.

ایک مضحکہ خیز حقیقت یہ بھی ہے کہ اکثر انسان سراب کا پیچھا بھی کر رہا ہوتا ہے اور اس کو ملنے سے ڈر بھی رہا ہوتا ہے اور اندر یہ بھی ڈر ہوتا ہے کہ اگر مقصود مل گیا تو پھر بعد میں وہ کیسے وقت گزارے گا، اب تو زندگی کو ایک "مقصد" ملا ہوا ہے. یہی ڈر عموماً اسے منزل نہیں پانے دیتا. تصور میں وہ چیز (مقصود) پاس دیکھنے سے لاشعور کا ڈر اور جھجک ختم ہو جایا کرتی ہے. تصور کی مشق (Visualization) کا اہم مقصد یہی ہوتا ہے، جو کہ سب روحانیت والے مراقبات کی صورت میں کراتے ہیں.



باب نمبر ۲۲

منعکس ہونا

(Affirmation & Obsession)

روحانیت میں انسانی دل کو آئینہ خانہ کہا جاتا ہے۔ جو انسان کے دل میں ہوتا ہے وہ دوسروں پر منعکس کرتا ہے، مگر اس چیز کے خفیہ پہلو اتنے زیادہ اور اتنے اہم ہیں کہ گو مشرق والے اسے کسی نہ کسی حد تک استعمال کرتے رہے مگر صحیح سمجھ نہ پائے اور مغرب والے اسے نہ سمجھ سکے۔ میں خود اس قوت کو محسوس کرتا رہا اور اس کا استعمال بھی دیکھا، مگر پھر غور کرنے پر اس کے بہت سے راستے کھلتے چلے گئے۔ اس کی پہلی اور عام فہم مثال تو پہلے کئی بار دے چکا ہوں کہ ہر انسان کے اندر (دل میں) یا کامیابی چھپی ہوتی ہے یا ناکامی اور انسان جب بھی دوسرے کے پاس کسی کام کے لیے جاتا ہے تو اسے دوسرے پر منعکس کرتا ہے اور اسی کے حساب سے ناکام یا کامیاب ہوتا ہے۔ عام زندگی میں اس طرح بھی ہوتا ہے کہ آپ کسی بزرگ آدمی کو جو آپ کے والد صاحب کی طرح نظر آتا ہے، اس کے بیٹے کی نظر سے دیکھتے ہیں تو تھوڑے دنوں کے بعد وہ بھی لاشعوری طور پر آپ سے والد صاحب کی طرح برتاؤ Treat کرنا شروع کر دیتا ہے۔

کچھ لوگ سرکس وغیرہ میں جانوروں کو کرتب سکھاتے ہیں اور جانور اسے سیکھ جاتے ہیں۔ دراصل یہ بھی انسان کی توجہ انعکاس ہوتا ہے، کیونکہ جانوروں کا دماغ اس قسم کا نہیں ہوتا کہ وہ یہ پیچیدہ کرتب آسانی سے سیکھ لے۔ جوں جوں انسان کا اپنی اس صلاحیت پر یقین بڑھتا ہے، یہ صلاحیت طاقتور ہو جاتی ہے اور بہتر کام شروع کر دیتی ہے مشرق میں بہت سے روحانیت میں دلچسپی رکھنے والے ایک چیز سے واقف ہیں کہ کسی اہم کام کو جاتے وقت کوئی خاص ورد یا وظیفہ پڑھتے ہوئے جاتے ہیں اور اس کام میں کامیاب ہو کر آتے ہیں اگلے چاہنے کے باوجود انہیں انکار نہیں کر سکتے۔ یہ بھی اسی صلاحیت کا کام ہے۔

اس ہی صلاحیت کو انسان اس طرح سے لے کر ہپناٹیزم نظر بندی Illusion اور عملیات تک مختلف طریقوں سے استعمال کرتا ہے۔ اگر کسی سے بات چیت یا بحث مباحثہ کرتے وقت آپ کے ذہن میں یہ آ جاتا ہے کہ وہ دوسرا شخص آپ کی بات نہیں مانے گا تو دوسرا شخص لاشعوری طور پر ایسا ہی کرے گا۔ اس میں زیادہ توانائی رکھنے والا دوسرے پر اپنا اندرونی خیال

منعکس کرتا ہے (بلکہ آپ دوسرے پر اپنی مرضی کا خیال ٹھونس بھی سکتے ہیں. اگر آپ اس کی تھوڑی سی مشق کر لیں) ایسا شخص اگر اپنے کسی بچے کو بیوقوف سمجھتا تو اکثر بچہ ساری عمر خود اعتماد نہیں ہو سکتا. عموماً سخت گیر والدین کے بچے ایسے ہوا کرتے ہیں.

ہم اسی طرح اپنے بچوں کو لاشعوری طور پر مثبت یا منفی توانائی دیتے رہتے ہیں. اس پر بہت غور کرنے کی ضرورت ہے. کام میں اگر کسی ملازم کو آپ اناڑی سمجھتے ہیں تو وہ زیادہ اناڑی پن کا مظاہرہ کرتا ہے ایسے ہی کسی کو اچھا سمجھتے ہیں تو وہ اچھا ہونا شروع ہو جاتا ہے. کسی ملازم کو چور مان لیں یا یہ سوچیں کہ سب ملازم چوری کرتے ہیں تو چور نہ ہونے کے باوجود وہ ایسے کرنے لگ پڑتے ہیں. زیادہ روحانی توانائی والے اسی طرح سب معاملوں میں احتیاط کریں کیونکہ وہ سب کچھ بنا رہے ہوتے ہیں.

انسان زمین پر اللہ کا نائب اور خلیفہ ہے. انسانی روح کی طاقت بے پناہ ہے یہ اس طرح اور بہت سے دوسرے طریقوں سے اسے استعمال کرتی رہتی ہے. آخر فرشتوں نے انسان کو سجدہ کیوں کیا تھا؟ فرشتے نور سے بنے ہوئے ہیں مگر انسان ان سے اوپر ہے، اسی لیے سجدہ کیا گیا.

سالک جوں جوں روحانیت میں ترقی کرتا جاتا ہے یہ صلاحیت زیادہ طاقتور ہو جاتی ہے. اسی صلاحیت سے آپ کسی جگہ پر موجود سب لوگوں کو خاموش کروا سکتے ہیں. اس صلاحیت کا اثر انسان کے آس پاس کی چیزوں اور جانوروں پر بھی خود بخود پڑتا رہتا ہے مال مویشی جب تک جنگل میں ہوتے تھے ان کو بہت سی بیماریں نہیں ہوتی تھیں، جیسے بچہ جننے کے وقت تکلیف وغیرہ یہ سب انسان کے پاس رہنے اور اس کی لہروں کا انعکاس ہونے کی وجہ سے ہے.

روحانیت کے مختلف سکول اور اسلام میں بھی طالب علم کو کچھ عرصہ لوگوں سے دور تنہائی میں بھیجنے کی ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ لوگوں کے انعکاس سے بچ کر انسان کو اپنی اندرونی آواز سننے میں آسانی رہتی ہے. ورنہ شعوری یا لاشعوری انسان انہیں پکڑتا رہتا ہے اور اسے اپنی اور دوسروں کی سوچ میں فرق ہی نہیں معلوم ہو پاتا، جسے معلوم ہونے کے بعد ہی انسان دوسروں کا ذہن پڑھ سکتا ہے. روحانیت والے یہ بھی کہتے ہیں کہ ہر چیز (چاہے پہاڑ، درخت، جو بھی ہو) میں روح موجود ہے، ہو سکتا ہے اس کی وجہ بھی انسان کا یہ انعکاس ہو. اس کی ایک مثال رسول پاک ﷺ کے لکڑی کے منبر کا رونا بھی ہے کہ بے جان چیزوں میں بھی روح آ جاتی ہے. انسان کی اندرونی شخصیت اور بہت سے عجیب و غریب کام کیا کرتی ہے اس میں یقین کامل کا سب

سے زیادہ کردار ہوتا ہے.

روحانیت میں یہ کبھی کبھی آپ کے کسی مرحوم پیر کا روپ دھار لیا کرتی ہے. برصغیر میں کئی دفعہ ہو چکا ہے، کہ ہندوؤں میں کسی فقیر نے سخت ریاضت کی تو کئی لوگوں کے سامنے دیوی یا دیوتا ظاہر ہو گیا. اکثر یہ اس صلاحیت کا کام ہے. اس میں کسی حد تک لاشعوری سی نظر بندی بھی ہوا کرتی ہے. سپیرے اور سانپ میں بین کا جو کھیل ہے وہ اصل میں یہی صلاحیت ہے. میں اس کی زیادہ تفصیل میں نہیں جاؤں گا مگر اشارہ کرنا میرا کام ہے. بہر حال جو کچھ بھی آپ ماننے لگ پڑیں وہی ہوا کرتا ہے. بعض اوقات یہی بہتر ہوتا ہے کہ آپ آم کھائیں اور پیڑ نہ گنیں. اس دنیا میں بے شمار زندہ قوتیں عجیب وغریب کام کیا کرتی ہیں، فاصلوں پر پہنچ جانا دوسرا جسم اختیار کر لینا، کئی جگہ اکٹھا موجود ہونا، جسم سمیت اپنی جگہ سے غائب ہو جانا، دوسری جگہ موجود ہو جانا، وقت کو چھوٹا کر لینا یا لمبا کر لینا، دیواروں وغیرہ میں سے گزر جانا، بیٹھے بیٹھے ہر جگہ پر دیکھ لینا اور پہنچ جانا، کسی کو دور چیزیں دے آنا یا لے آنا اور بھی سینکڑوں ایسے کام ہیں جو زندہ روحانی کر لیا کرتے ہیں. رجال غیب وغیرہ بھی ان کی اقسام میں سے ہیں. بلکہ مجھے ایسے ذاتی تجربات بھی ہوئے ہیں کہ کچھ لوگ جو ایسے کام کیا کرتے ہیں، کئی دفعہ خود ان کو بھی اس کی خبر نہیں ہوتی. انسانی جسم کی ارتقاء کی حالت بھی اس وقت ایسے ہے کہ اس کا آدھے سے زیادہ دماغ ابھی تک بالکل استعمال ہوئے بغیر پڑا ہے. قدرت کوئی چیز فالتو یا فضول نہیں بنایا کرتی. صدیوں بعد ہم اسے اب کی نسبت بہت زیادہ استعمال کریں گے پھر ہر انسان ''فقیر'' ہوا کرے گا. (اصلی ''فقیر'' نہ کہ برصغیر بھیک منگے، جنہیں ہم فقیر کہا کرتے ہیں)

یہ بھی یاد رکھیں کہ آپ کی اندرونی شخصیت اصل میں کسی بھی پیر سے بہت زیادہ طاقتور ہے، اگر یہ کام شروع کر دے تو پھر کسی پیر کی ضرورت نہیں رہتی. کھیلوں میں بھی ہم اکثر اسی صلاحیت کو استعمال کرتے ہیں، کھیل شروع ہوتے جو کھلاڑی پہلے دل میں ہار گیا یا امپریس ہو گیا وہ ہار جائے گا. ٹیم ورک میں اکثر ٹیم کپتان پر یہ سارا دباؤ ہوتا ہے. اس میں عجیب بات یہ بھی ہوتی ہے کہ اکثر دوسرے سے ڈر جانے یا امپریس ہو جانے والے کھلاڑی کی توانائی مخالف کے پاس چلی جاتی ہے.

دو باکسر یا پہلوان جب لڑتے ہیں تو قابلیت میں اگر وہ قریب بھی ہیں تو ذہن میں جیت کی تصویر سنبھالنے والا ہی جیتے گا. ایک کامیاب داؤ یا ایک صحیح مکا جتا دیتا ہے، ایک غلط وار یا ایک ذرا سی غلطی ہرا دیتی ہے. میں نے بارہا اس چیز کا مشاہدہ کیا ہے. پاکستان میں کھیلوں میں اس

پہلو کی طرف توجہ نہیں دی جاتی حالانکہ مغرب میں سب پیسے والے کھیلوں میں لوگ اس کی مشق کرتے ہیں. پاکستان میں انٹرنیشنل کرکٹ، ہاکی یا دوسرے مشہور کھیلوں میں اس طرف لازمی توجہ کرنی چاہیئے. بہر حال اس میں اہم ترین بات وہی ہے جو پہلے بھی کہہ چکے ہیں کہ جو کچھ مانیں وہی ہونے لگ پڑتا ہے. جو آپ کا اعتقاد ہو وہی کچھ ہوتا ہے. لیکن اپنے اعتقاد کو مذہب اور شریعت کی حد میں رکھیں اور ایسی چیزوں پر اعتقاد بنائیں جو آپ کے لیے فائدے مند ہوں.

انسان کی اسی عجیب وغریب صلاحیت کی وجہ سے انسان کے آس پاس آنے والے جانوروں میں بھی بہت سی تبدیلیاں آ جاتی ہیں، وہ بھی اپنی جبلت سے ہٹ کر حرکتیں شروع کر دیتے ہیں. جیسے شیرنیاں اگر انسان کے قریب چاہیے کھلی جگہ پر رکھی جائیں، وہ اکثر اپنے بچوں کی پرورش نہیں کرتیں. اسی طرح بہت سے جنگلی جانوروں کی نشوونما بھی کم ہو جاتی ہے، کیونکہ انسان کی دماغ کی لہریں ان سے بہت زیادہ طاقتور ہوتی ہیں. گو سائنس دانوں کو جانوروں میں ان تبدیلیوں کی وجہ معلوم نہیں ہو سکی، مگر اصل وجہ یہی ہے. اس لیے پیر وفقیر (اصلی پیر وفقیر) کے پا رہنے والے کئی مرید (جانور نما) بھی خود ہی صحیح ہونے لگ پڑتے ہیں اور مجذوبوں کے مرید خود پاگل ہونے لگ پڑتے ہیں. مجذوبوں سے بچا کریں. اسی اندرونی شخصیت کے انعکاس کا رسول پاک ﷺ کا بھی واقعہ ہے جس میں ایک کاتب وحی نے بھی نبوت کا دعویٰ کر دیا تھا، کیونکہ اس پر آپ ﷺ کے پاس بیٹھے ہوئے ایک آیت اتر آئی تھی.

عام انسان میں اسی طرح اور بھی صلاحیتیں پائی جاتی ہیں جن کا بعض اوقات لاشعوری طور پر وہ مظاہرہ کرتا ہے. جیسے کچھ لوگوں کے گھروں میں پڑی ہوئی چیزیں جیسے برتن وغیرہ ہوا میں اڑ جانا، آس پاس شیشے کی چیزیں خود بخود گر کر ٹوٹ جانا، کسی پر سیانے یا جن کا اثر ہو جانا کچھ پیسے گم ہوتے رہنا. ایسی ہی اور بہت سی صلاحیتیں بھی انسان میں موجود ہیں. ایسی صلاحیتیں کسی مخصوص ذہنی یا جذباتی حالت میں ظاہر ہوتی ہیں. مگر پہلے بیان شدہ یا انعکاس کرنا انسان ہر وقت استعمال کرتا رہتا ہے اور اس میں اگر وہ کسی سے ایمپریس ہو جائے یا اس کے دل میں ڈر بیٹھ جائے تو ہر دفعہ وہ خود ہی ناکامی کے اسباب وحالات پیدا کر لیتا ہے.

انسان کی یہی صلاحیت دوسرے کا ذہن بھی پڑھتی رہتی ہے. اس کی مثال ایسے ہے کہ آپ کسی واقف کے پاس جاتے ہیں جو آپ سے خوش نہیں ہے مگر بظاہر مسکرا کر مل رہا ہے مگر پھر بھی آپ کا ذہن اس کے بارے میں شک وشبے کا شکار ہو جاتا ہے کیونکہ آپ کے ذہن نے اس

کے ذہن کو پڑھ لیا ہوتا ہے. عجیب بات یہ ہے کہ آپ کتے کو تو بیوقوف نہیں بنا سکتے کہ وہ اپنے پیار کرنے والے کو پہچان لیا کرتا ہے مگر اشرف المخلوقات خود کو آپ ہی بے وقوف بناتا رہتا ہے. یہی اصول ہے. جس سے سمجھ میں آ جاتا ہے کہ کسی غریب وکمزور کی بددعا کیوں لگتی ہے اور حرام مال کیوں ہضم نہیں ہوتا.

انسان کے ذہن وروح کی اس دلچسپ اور عجیب صلاحیت پر اتنا پڑھنے کے بعد آپ کے لیے یہ اندازہ کرنا اب بڑا آسان ہو گیا ہوگا کہ مختلف مزاروں سے لوگوں کی دعائیں زیادہ قبول کیوں ہوتی ہیں (چاہے صاحب مزار کوئی مختی یا وفادار جانور ہی ہو). وہاں لوگ صدیوں سے ٹکریں مارتے رہتے ہیں، جوں جوں مزار پرانا ہوتا جاتا ہے ''شان'' بڑھتی جاتی ہے. بت پرستی میں بھی کچھ مشہور بتوں ہبل، لات ومنات میں بھی یہی اصول کار فرما تھا، اسی لیے بت پرستی کی بھی ممانعت کی گئی. اسلام میں حجر اسود کو بوسہ دینے کی رسم میں بھی یہ اصول شامل ہے جو حلال طریقے سے ہمیں سمجھایا گیا ہے. حجر اسود میں حضرت ابراہیم علیہ السلام کی روحانی توانائی موجود تھی، اسے رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے دوبالا کیا. اب جو شخص بھی اسے چھوتا ہے، اس میں اس توانائی کا ''پیوند'' لگ جاتا ہے (بلھیا جاگ بنا دودھ نہیں جمدا بھاویں لال ہوئے کڑ کڑ کے). یہ توانائی وہاں قیامت تک موجود رہے گی کروڑوں مسلمان ہر سال اس سے فیض یاب ہوتے ہیں اور ہر دور کے ولی اللہ بھی اپنی توانائی وہاں جمع کراتے رہتے ہیں. سارے خانہ کعبہ میں ان کروڑوں عشق الٰہی کے متوالوں کی توانائی بھی موجود رہتی ہے جو وہاں مستانہ وار چکر لگاتے رہتے ہیں (سائنس دانوں نے اس بات کو مانا ہے اور اس کا ثبوت دیا ہے کہ توانائی بھی ضائع نہیں ہوتی گو شکل تبدیل کر لیتی ہے).

پاکستان میں بے شمار پاگل اسی طرح مجذوب بن جاتے ہیں کہ لوگوں کا ان پر اعتقاد بیٹھ جاتا ہے اور ہر آنے والا اپنے یقین کو ہی اس پاگل میں منعکس کر کے اپنا جواب لے کر واپس جاتا ہے. اصل مجذوب ان میں سے دو تین فیصد ہی ہوتے ہیں. پاکستان میں ایسی ہی اور بہت سی جہالت عام ہیں، ہر کوئی دوسرے کو دیکھتا ہے خود کو نہیں دیکھتا. انسان کی اس صلاحیت کو سمجھنے کے بعد نفسیات اور روحانیت کی بے شمار گتھیاں کھلتی ہی چلی جاتی ہیں. اس پر غور کریں تو آپ کے اپنے کئی مسائل حل ہوتے چلے جائیں گے.

❁❁❁❁❁

باب نمبر ۲۳

دماغ کی پروگرامنگ

ہمارے دماغ کی پروگرامنگ کا موضوع اتنا وسیع اور اتنا دلچسپ ہے کہ اس پر ایک علیحدہ کتاب لکھی جاسکتی ہے۔ دنیا میں انسان کی شخصیت اور ذہن وروح کی کارکردگی سے متعلق جتنی بھی دریافت کی گئی ہیں ان کا سارا مقصد انسان کے مختلف مسائل کو سمجھنا، انہیں حل کرنا اور انسان کی کارکردگی کو بہتر کرنا ہے۔ اس کے لئے ہی بہت سی دماغی مشقیں مختلف روحانیت کے سکولوں نے ایجاد کیں۔

یقین کامل
Root

اس میں یقین کامل اہم ترین چیز ہے کہ اس کی مضبوطی اور طاقت کے حساب سے ہی کسی کی کامیابیوں کی حد کا تعین ہوتا ہے۔ یہ جتنا زیادہ ہوتا ہے، انسان کسی بھی منتخب شعبہ زندگی میں اتنی ہی بلندی تک جاسکتا ہے۔ مگر اس کے نیچے جو چیز زندگی کے سبھی شعبوں میں بظاہر انسان کی وقتی کامیابیوں ناکامیوں کا تعین کرتی ہے اسے ہمارے دماغ کی پوگرامنگ کہتے ہیں۔ یہ باب خاصا لمبا اور کثیف ہے، مگر اس کی اہمیت اتنی زیادہ ہے کہ اسے زیادہ چھوٹا نہیں کیا جاسکتا۔

اس باب کو یقین کامل کے باب کے ساتھ مل کر پڑھنا چاہئے، کیونکہ یہ دراصل اسی کا حصہ ہے۔ یقین کامل ہماری زندگی میں کامیابی وناکامی ہر چیز کا تعین کرتا ہے لیکن یقین کامل پر عمل کرنے کے لئے انسانی ذہن نے جو پروگرامنگ کی ہوتی ہے اسی کے مطابق ہم ہر چیز پر عمل پیرا ہوتے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں ہمارے ہر قسم کے کام کاج اور سوچ کے بارے میں، جو کہ ہزاروں قسم کے ہوتے ہیں، ہم نے یقین کامل کے یقین کے علیحدہ علیحدہ درجے بنائے ہوتے ہیں، جن کے مطابق ہم مختلف کام کاج میں کہیں کامیاب کہیں کمزور رہتے ہیں۔ اسے آپ مختلف چیزوں کے متعلق انسان کے مختلف اعتقاد کہہ سکتے ہیں۔

خود میں برسوں اس تلاش میں رہا کہ کس طرح انسانی شخصیت کو بہتر بنایا جائے اور اس کے ساتھ ہی انسانی ذہن وروح کی پوشیدہ صلاحیتوں کو سامنے لایا جائے اور ان کو استعمال کیا جائے، اور اس کی کوئی آسان اور یقینی ترکیب ڈھونڈنے میں لگا رہا۔ اسی تلاش میں مجھے خود بہت سے مختلف طریقوں اور روحانیت کے سکولوں سے واسطہ رہا، جن میں جاپان سے لیکر امریکہ تک

مختلف ممالک میں رائج طریقوں کا مطالعہ کیا اور کچھ کی مشقیں بھی کیں. آخر کار وہ طریقہ مل ہی گیا. انسان کے ذہن اور اس کی شخصیت کو بدلنے کا سب سے آسان اور عملی طریقہ جس کا اثر یقینی اور جلدی ہوتا ہے، وہ میں یہاں بیان کر رہا ہوں. اس طریقے کا اثر مستقل طور پر ہوتا ہے اور دوسرے سب طریقوں کی نسبت اس کا اثر جلدی شروع ہو جاتا ہے اور مستقل برقرار رہتا ہے.

اس کے علاوہ یہ بات بھی ہے کہ انسان کی کچھ عادات کو یقین کامل کے باب میں ہی ختم کرنا مناسب نہیں ہے، کیونکہ یہ اسی کی حد میں ہونے کے باوجود اس سے سائیڈ پر ہٹی ہوئی ہیں. جیسے کسی ایک چیز کے بارے میں آپ کی یادداشت کمزور ہونا جب کہ دوسری چیز کے معاملے میں آپ کی یادداشت حیرت انگیز حد تک صحیح ہونا، آخر اس کی کیا وجہ ہے؟ یہ بتائی گئی ہے اور اس کا حل بھی بتایا گیا ہے. پہلے لاشعور کے موضوع میں یہ بیان کیا جا چکا ہے کہ ہمارا لاشعور بے پناہ طاقتور ہے یہ قصے کہانیوں کے جنوں کی طرح ہے. اس کے کام کرنے کا طریقہ بڑا عجیب ہوتا ہے اس کو اچھے برے کی تمیز نہیں ہے کہ کونسی عادت آپ کے لئے صحیح ہے اور کونسی نقصان دہ. بس جو عادت اس کے اندر بیٹھ جاتی ہے یہ اس پر عمل کرنا شروع کر دیتا ہے.

اب یہ ایک حقیقت ہے کہ اگر اس وقت آپ کے ذہن میں ہے کہ آپ کو اپنے ضرورت کے مطابق پیسے کمانے میں کامیابی نہ ہوگی تو پھر آپ کا لاشعور ابھی اور اسی وقت سے اس کام میں مصروف ہو جائے گا. اور یہ ہر ممکن کوشش کرے گا کہ آپ کو واقعی متعلقہ پیسے کمانے میں ناکامی ہو، اور یہ آپ کو ناکام کر کے ہی رہے گا. اس کی بے پناہ طاقت کے سامنے آپ بے بس ہوں گے. یہ آپ کو اس وقت تک ناکام بناتا رہے گا جب تک آپ اپنی سوچ کو تبدیل نہیں کر لیتے. اپنی سوچ یا عادت کو تبدیل کرنا اتنا آسان کام نہیں ہے، خصوصاً اگر انسان ذہن (لاشعور اور لاشعور) کے اصولوں سے واقف نہ ہو. ہمارا لاشعور ایک بچے کی طرح ہے، اسے کچھ علم نہیں کہ جو معلومات آپ نے اسے دی ہے وہ آپ کے لئے اچھی ہے یا بری. آپ نے اسے لگاتار ایک چیز کے بارے میں خوراک (feed) دی. اس نے اس کو اپنے اندر بٹھا لیا اور اس پر عمل شروع کر دیا.

ہم لاشعوری طور پر اپنی سب عادتوں کو بچپن سے ہی بنانا شروع کر دیتے ہیں اور ان کو خوراک بھی دیتے رہتے ہیں، پھر یہ عادتیں ہمارے اندر گہری بیٹھتی اور مضبوط ہوتی چلی جاتی ہیں. اس میں سمجھنے والی بات یہ ہے کہ ہم لوگ جب بھی اپنی کسی عادت یا خوبی کا سوچتے ہیں تو ہر

دفعہ سوچنے سے اس عادت سے متعلق ہمارا یقین اور زیادہ مضبوط ہو جاتا ہے، اور ہم اس کو جیسے ایک ہتھوڑی مار کر لاشعور میں بٹھا لیتے ہیں. اگر آپ اس صفت کے بارے میں دن میں کئی بار سوچتے ہیں تو جتنی باری بھی آپ کے ذہن میں یہ سوچ آئے گی، جیسے مثال کے طور پر میں شعروں کو یاد کرنے میں بہت اچھا ہوں مجھے یہ بڑی جلدی یاد ہو جاتے ہیں تو ہر دفعہ سوچنے سے آپ لاشعور میں موجود اس پروگرام کو مزید خوراک (feeding) دے رہے ہیں، اور آپ کی یہ صفت اور نمایاں اور بہتر ہوتی چلی جائے گی.

اسی طرح اگر آپ میں کوئی چیز کمزور ہے، جیسے آپ کے ذہن میں بیٹھا ہوا ہے کہ میں پیسے کنٹرول نہیں کر سکتا، یہ مجھ سے خرچ ہو جاتے ہیں. تو جب بھی آپ کا خیال اس عادت کی طرف جائے گا، آپ اس کا سوچیں گے کہ مجھ سے پیسے خرچ ہو جاتے ہیں، جیب میں نہیں رہتے. تو آپ اپنی اس عادت کو اور گہرا کر رہے ہیں اس کو لگاتار خوراک دے رہے ہیں، یہ آپ کے لاشعور میں مزید گہری بیٹھ رہی ہے. جوں جوں اس کو یہ خوراک ملتی جائے گی یہ عادت آپ پر زیادہ حاوی ہوتی چلی جائے گی جس کے نتیجے میں آپ کی جیب میں موجود پیسے خرچ ہوتے ہی رہیں گے، آپ کی جیب خالی ہی رہے گی. ہمارے لاشعور کو جس عادت کے متعلق جس قسم کی خوراک ملتی رہتی ہے وہ اس پر عمل کرتا جاتا ہے اور یہ اس پر عمل کرنے میں اتنا تیز ہے کہ وہ اس کے سینکڑوں راستے نکال لیتا ہے. جیسے جیب میں یا پاس موجود پیسے خرچ کر دینے کی بات ہو رہی تھی، تو اگر اس عادت کو خوراک دیتے رہے تو پھر آپ چاہے جتنی بھی کوشش کریں آپ کا لاشعور آپ جیبیں خالی کرا کر ہی رہے گا. اس کی طاقت بے پناہ ہے، یہ اپنا کام کرنے کے ہزاروں نئے نئے راستے ڈھونڈ بھی لیتا ہے، بلکہ بنا (Create) کر لیتا ہے. آپ کی عقل اس کے آگے جیسے بے بس سی ہوتی ہے اور تماشا یہ ہوتا ہے کہ آپ کبھی کبھار اپنی اس کمزوری کی وجہ سمجھ لیتے ہیں کہ یہ آپ کے اپنے اس چیز سے متعلق اعتقاد (یقین) کی وجہ سے ہوتا ہے اور آپ اس عادت کو بھولنے کی کوشش بھی کرتے ہیں. مگر چاہے برسوں بعد پھر آپ کو اسی عادت سے واسطہ پڑے آپ کا وہی پرانا پروگرام (ذہن کا) پھر سے چل پڑتا ہے.

دراصل ہماری کامیابی یا ناکامی کا تعین ہمارا یقین کرتا ہے پھر ہمارے دماغ نے ہر ایک علیحدہ کام میں یقین کے مختلف درجے بنا رکھے ہوتے ہیں. مثلاً عام دنیاوی کام کاج میں تو آپ اپنے یقین کامل کو استعمال کرتے ہیں، مگر سینکڑوں دوسری ایسی چیزیں ہیں جن سے آپ کا روز

مرہ زندگی میں واسطہ پڑتا ہے، لیکن اس میں یقین کامل کا عمل دخل محسوس نہیں ہوتا۔ مثلاً کسی آدمی کی یادداشت کمزور ہے، وہ اسے بہتر کرنا چاہتا ہے، تو اس کی ترکیب کیا ہے۔ کوئی دوسرا آدمی حساب کتاب میں کمزور ہے، تیسرا لوگوں سے گھلنے ملنے میں مشکل محسوس کرتا ہے۔ ایسی ہی سینکڑوں صورتیں اور بھی ہوسکتی ہیں۔ بات یادداشت سے شروع ہوئی ہے، پہلے اسے ہی لے لیں۔ ہم میں سے تقریباً ہر آدمی کی یادداشت کچھ معاملوں میں بہتر ہوتی ہے، کچھ معاملوں میں کمزور۔ جیسے ایک آدمی لوگوں کی شکلیں تو برسوں یاد رکھ لیتا ہے، لیکن ان کے نام فوراً بھول جاتا ہے ایسے ہی کچھ لوگ ٹیلی فون نمبر بڑی آسانی سے یاد کرلیتے ہیں، لیکن نیا راستہ جلدی یاد نہیں کرپاتے۔

اصول یہ ہے کہ ہم جب بھی اپنی کسی ذہنی خوبی یا صفت کا سوچتے ہیں تو ہم اس صفت کو ذہن میں اور گہرا اور مضبوط کرلیتے ہیں اور ہمارے دماغ میں اس کی جڑیں اور گہری اتر جاتی ہیں۔ پھر یہ ہماری عادت بن جایا کرتی ہے۔ اب آپ کا خیال ہے کہ آپ کو لوگوں کے نام یاد نہیں رہتے۔ آپ اس عادت کو تبدیل کرنا بھی چاہتے ہیں، اس لئے آپ خود سے کہتے ہیں کہ اب میں جس سے بھی ملوں گا اس کا نام یاد رکھوں گا۔ آپ ایک دعوت پر بلائے جاتے ہیں، وہاں میزبان آپ کو کچھ لوگوں سے ملواتا ہے ایک صاحب سے آپ کی اچھی گپ شپ ہوجاتی ہے۔ آپ نے اس کا نام پوچھا، انہوں نے اپنا نام رحیم بتایا۔ آپ نے اپنے ذہن کو حکم دیا کہ یہ نام ہرگز نہیں بھولنا، رحیم، رحیم، رحیم۔ دس پندرہ منٹ گپ شپ ہوتی رہتی ہے، پھر آپ کے یار رحیم کے کوئی واقف آجاتے ہیں، آپ علیحدہ ہوکر دوسرے لوگوں سے گپ شپ میں لگ جاتے ہیں تقریباً ایک گھنٹے کے بعد آپ کا پھر ان ہی صاحب سے سامنا ہوجاتا ہے۔ آپ انہیں دیکھتے ہی لپک کر ان کی طرف جاتے ہیں اور کہتے ہیں کہ اسلام وعلیکم۔ جب آپ نام یاد کرتے ہیں تو آپ کو نام یاد نہیں آتا، آپ سر مار رہے ہیں لیکن نام یاد نہیں آرہا۔ اب آپ پھر بیٹھ کر اپنی یادداشت کو کوستے ہیں لیکن بات دراصل یہ ہے کہ آپ اپنی برسوں کی، بلکہ بچپن کی پالی ہوئی اس عادت کو ایک دن میں ختم نہیں کرسکتے۔ آپ نے برسوں اس بارے میں سوچا ہے کہ میں نام بھول جاتا ہوں، آپ کے لاشعور نے اسے حکم سمجھ کر اپنے اندر بٹھا لیا ہے۔ اب آپ اس وقت رحیم صاحب کا نام یاد کررہے ہیں، نام یاد نہیں آرہا۔ اس وقت آپ کا لاشعور بڑا مطمئن ہے۔ وہ بڑا خوش خوش آپ کو بتا رہا ہوتا ہے، بچوں کی طرح، کہ مجھے جو حکم دے گئے تھے میں نے پھر ان کی تکمیل کردی ہے اور وہ اس پر آپ کی شاباش بھی چاہتا ہے۔

اب اگر آپ اپنی اس عادت کو تبدیل کرنا چاہتے ہیں تو آپ کو کچھ عرصہ ہر روز تھوڑی دیر بیٹھ کر یہ سوچنا ہوگا کہ میں نام یاد رکھ لیتا ہوں، مجھے نام نہیں بھولتے۔ جب آپ دو تین ہفتے صرف یہ ہی سوچیں گے کہ مجھے نام یاد ہوجاتے ہیں بجائے پرانی سوچ کے کہ میں نام بھول جایا کرتا ہوں، تو آپ کے دماغ کی پروگرامنگ میں تبدیلی آنے لگ پڑے گی۔ دو تین ہفتے میں ہی پرانا جما ہوا پروگرام لاشعور سے نکل جائے گا اور جو نیا پروگرام آپ اسے دے رہے ہیں کہ ناموں کے بارے میں میری یادداشت بہت اچھی ہے، یہ نیا پروگرام آپ کے اندر بیٹھ جائے گا اور پھر وقت اور تجربے کے ساتھ ساتھ یہ یقین میں تبدیل ہوتا چلا جائے گا۔ نام یاد رکھنے کی بہتر ترکیب یہ ہے کہ اب سے جو بھی نیا شخص آپ کو ملے تو اس کا نام غور سے سنیں (نام بھولنے والے دراصل اسے سنتے ہی نہیں ہیں) پھر اسے چند بار آہستگی سے دہرائیے پھر اس شخص کو اسکے نام سے مخاطب کیجئے پھر آپ اسے نہیں بھولیں گے پھر روزانہ رات کو اس دن کے ملنے والوں کے نام یاد کیجئے اسکے بعد تقریباً ایک ہفتے کے بعد یہ سب نام ایک بار یاد کرلیں پھر آپ نہیں بھولیں گے۔ یہ نیا پروگرام آپ ایک دن یا چند دن کے اندر اپنے ذہن میں نہیں بٹھا سکتے۔ اس میں آپ کو چند ہفتے یا بعض اوقات چند مہینے ایک عادت پر یا بیک وقت دو تین عادتوں پر کام کرنا پڑے گا۔ لیکن شروع میں پہلی بار ایک عادت پر ہی کام کریں۔ جب آپ کو اس میں کامیابی ہوتی ہے تو آپ کا یقین بڑھ جاتا ہے، پھر آپ دو تین عادتوں پر اکٹھا کام کرسکتے ہیں۔ نیا پروگرام ذہن میں فوراً نہیں بیٹھ سکتا کیونکہ ہم آسانی سے اپنی عادتیں تبدیل نہیں کرتے۔ ہمارے ذہن کے اکثر پروگرام بچپن سے ہمارے ذہن اور لاشعور میں بیٹھے ہوتے ہیں۔ ہم نے شعوری یا لاشعوری طور پر اس پروگرام کے بارے میں سینکڑوں ہزاروں بار سوچا ہوتا ہے اب ان کو نکالنا بھی کچھ وقت لے گا۔ پرانے پروگرام نے ہمارے لاشعور میں جڑیں بنالی ہوتی ہیں، لاشعور کیلئے اسی پرانی عادت پر عمل کرنا آسان ہوتا ہے۔

بچوں کو اگر یہ چیز سکھا دی جائے تو انہیں اپنا غلط پروگرام ختم کرنے میں ہماری نسبت کافی آسانی رہتی ہے، جوں جوں عمر بڑھتی جاتی ہے، ہماری عادتوں اور پروگرام کی جڑیں ہمارے اندر گہری اترتی چلی جاتی ہیں۔ عموماً زیادہ بڑی عمر والوں نے اپنے ذہن میں نوجوانوں کی نسبت فضول چیزیں بھری ہوتی ہیں۔ اس معاملے میں بچے ہم سے زیادہ خوش قسمت ہوتے ہیں۔ اب آپ اپنی عادت تبدیل کرنا چاہتے ہیں جو کہ دس پندرہ سال سے موجود ہے، مثلاً جیسے اوپر کے

ذکر کے مطابق کہ آپ چاہتے ہیں کہ لوگوں کے نام نہ بھولیں۔ آپ آج سے ہی اس پر کام شروع کر دیتے ہیں کہ میں اب لوگوں کے نام نہیں بھولوں گا۔ یہ نیا پروگرام آپ اپنے ذہن کو دے رہے ہیں، جو ذہن سے ہوتا ہوا لاشعور میں جاتا ہے۔ مگر پرانا پروگرام برسوں سے آپ کے ذہن اور لاشعور میں بیٹھا ہوا ہے۔ اس نے اپنی جگہ وہاں بنالی ہوتی ہے اور وہاں اپنی جڑیں چھوڑ رکھی ہوتی ہیں۔ آپ نئی عادت کو اندر دھکیلتے ہیں لیکن پرانی عادت، پرانا پروگرام، اس کو واپس باہر پھینک دیتا ہے۔ آپ بھی نئی سوچ کو پھر اندر دھکیلتے ہیں کہ آج سے میں نام یاد رکھوں گا، لیکن پرانی عادت یا پروگرام کہ مجھے نام بھول جاتے ہیں، وہ اندر بیٹھی ہوئی ہے، وہ نئے پروگرام کو تھوڑی دیر کے بعد باہر بھیج دیتی ہے کہ تمہارا اندر کیا کام ہے۔ آپ کا لاشعور بچے کی طرح نئے پروگرام سے یہ کہتا ہے کہ مجھے جو ہدایات برسوں سے مل رہی ہیں وہی صحیح ہیں۔ تم کہاں مجھے بہکانے آ گئے، ہو چلو بھاگو یہاں سے اور وہ اس کو واپس باہر نکال دیتا ہے۔

آپ نے اپنے ذہن کو لگاتار یہ نیا پروگرام دیتے جانا ہے۔ پھر ہی اس کی وہاں گنجائش نکلے گی۔ اور اگر اس نئے پروگرام کو آپ اپنے اندر کے ڈر اور جھجک کو ختم کر کے دیں تو یہ جلدی کام شروع کر دیتا ہے۔ یہ کام آپ نے ہر روز کرنا ہے۔ پھر آپ دیکھیں گے کہ کچھ عرصہ کے بعد جو کہ دو تین ہفتے سے لے کر دو تین ماہ ہو سکتا ہے، آپ دیکھیں کہ پرانے پروگرام کی گرفت آپ کے ذہن سے ڈھیلی پڑنی شروع ہو جاتی ہے اور نیا پروگرام اندر بیٹھنے لگ پڑتا ہے اور اوپر بیان کردہ موضوع جو کہ نام یاد رکھنے کے متعلق ہے آپ کو لوگوں کے نام یاد رہنے شروع ہو جاتے ہیں۔ اس چیز میں آپ ساتھ دعا کی طاقت بھی شامل کر لیں تو آپ کا کام جلدی اور آسان ہو جائے گا، لیکن اصول معلوم رہنا لازمی ہوتا ہے۔ ورنہ ہر آدمی کی دعا روحانی ترقی کے بغیر قبول کم ہی ہوتی ہے۔ ہم سب نے اپنے ذہن میں سینکڑوں مختلف پروگرام بٹھائے ہوتے ہیں اور ہم ہر روز ان پروگراموں کو سوچ کے ذریعے خوراک دیتے رہتے ہیں۔ ہمارا لاشعور ان میں خصوصاً ہر اہم پروگرام پر اس کی حدود کے حساب سے عمل کرتا ہے اور ان کی حدود (شیل) کی حفاظت میں بھی لگا رہتا ہے۔ لاشعور کی بے پناہ طاقت کے سامنے ذہن میں بیٹھے ہوئے کسی بھی پروگرام پر عمل کرنا بچوں کا کھیل ہے، یہ دنیا میں کسی بھی مشکل ترین کام کو بڑی آسانی سے کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے اور دوسرے طرف اگر آپ نے اس کو غلط معلومات دی ہوئی ہیں تو آسان سے کام کو بھی آپ کے لیے ناممکن بنا کر رکھ دے گا۔

آپ نے بھی اسی طرح ہر چیز کے بارے میں آسان یا مشکل کا پروگرام ذہن میں بٹھایا ہوتا ہے اور اس کو سوچ کی خوراک دیتے رہتے ہیں۔ ہم نے یہ پروگرام بڑے عجیب و غریب طریقے سے بنائے ہوتے ہیں مثلاً آپ نے اکثر دیکھا ہوگا کہ آپ کا کوئی قریبی عزیز یہ کہتا ہے کہ اس کو لوہا راس (مبارک) ہے اور وہ جو کار وغیرہ خریدتا ہے اس کو پرافٹ میں بیچ لیتا ہے آپ دیکھیں گے کہ اگر سو فیصد نہیں تو نوے فیصد ایسے ہی ہوتا ہے۔ مثلاً میرے بچپن کے دوست راجہ منیر (ڈے بلڈنگ لاہور چھاؤنی) کا بھی یہی خیال تھا کہ وہ کاروں اور موٹروں میں بڑا لکی ہے اور وہ واقعی کاروں خصوصاً موٹر سائیکلوں میں کافی پیسے بنا لیتا تھا۔ ادھر خرید کر ادھر نفع کے ساتھ بیچ دیا کرتا تھا۔

اس کی وجہ یہ ہوتی تھی کہ اس کے ذہن میں یہ پروگرام اور یقین بیٹھ گیا تھا کہ وہ ان میں بڑا لکی ہے، پھر اس یقین کی وجہ سے لاشعوری طور پر وہ ہر اچھے سودے کے مواقع پر خود بخود پہنچ جایا کرتا تھا۔ پنجابی میں مثال مشہور ہے کہ اندھے کے پاؤں کے نیچے بٹیرا۔ اس کے پاؤں کے نیچے بھی اس طرح بٹیرا آ جایا کرتا تھا اور لاشعور کا یہی یقین اسے ہر غلط اور نقصان والے سودے سے خود بخود بچا لیا کرتا تھا۔

لاشعور میں بیٹھے ہوئے اس یقین کو آپ اتنے ہی اچھے اور بڑے پیمانے پر استعمال کرتے ہیں جتنا بڑا آپ نے اپنا کور (Shell) بنایا ہوتا ہے اور جتنا آپ کا یقین مضبوط ہوتا ہے۔ ہم سب اسی طرح کرتے ہیں، اگر ہمیں یہ یقین ہے کہ ہم فلاں چیز میں بڑے خوش قسمت ہیں تو ہمیں اس کے واقع خود بخود مل جاتے ہیں۔ مثلاً اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ پیسے کمانے میں بڑے خوش قسمت ہیں تو پھر آپ ہر پیسے کمانے کے موقع پر خود بخود پہنچ جایا کریں گے یا آپ کا کوئی دوست آپ کو اس موقع کا بتانے آ جائے گا اس چیز کا بیان پیچھے ہو چکا ہے، لیکن پھر بھی بتاتا چلوں کہ اگر آپ کسی کاروباری جگہ پر جاتے ہیں تو صرف چند منٹ جلدی یا چند منٹ دیر سے جانے میں آپ کی خوش قسمتی یا بدقسمتی کا فیصلہ ہو جاتا ہے کیونکہ اگر آپ خود کو خوش قسمت مانتے ہیں تو آپ چند منٹ پہلے چلے جاتے ہیں اور وہاں کوئی ایسا سودا ہو رہا ہوتا ہے جو آپ کے لیے بہت منافع بخش ہے آپ یہ سودا کر لیتے ہیں۔ اگر آپ چند منٹ لیٹ ہو جاتے تو یہ موقع آپ کے ہاتھ سے نکل جاتا۔ یا آپ چند منٹ مزید پہلے اس جگہ سے ہو کر نکل جاتے تو یہ سودا نہیں ہو سکتا۔

آپ کو کوئی پتہ نہیں ہے کہ کتنے بجے وہاں جانے میں آپ کا فائدہ اور کتنے بجے جانے میں

نقصان ہوگا لیکن آپ کے لاشعور کو اس کا پوری طرح علم ہے کیونکہ لاشعور روح کے زیر ہدایت کام کرتا ہے، اس کو فاصلے پر اور مستقبل قریب میں ہونے والی ہر چیز کا علم ہوتا ہے۔ اگر آپ اپنے آپ کو خوش قسمت سمجھتے ہیں تو آپ کا لاشعور بھی خود کو خوش قسمت سمجھتا ہے اور پھر یہ آپ کو ہر خوش قسمتی اور فائدے کے موقع پر خود بخود لے جاتا ہے اور بعض اوقات زندگی میں ایک ہی دفعہ صحیح وقت پر خود بخود لے جاتا ہے اور بعض اوقات زندگی میں ایک ہی دفعہ صحیح وقت پر صحیح آدمی کا ملنا آپ کی زندگی بنا دیتا ہے۔ اگر آپ خود کو بدقسمت سمجھتے ہیں تو آپ کا لاشعور آپ کو ہر نقصان اور پریشانی والے موقع پر خود بخود لے جائے گا۔ اب یہ آپ پر منحصر ہے کہ آپ نے اس متعلقہ کام کے متعلق لاشعور کو کیا پروگرام دے رکھا ہے۔ اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ نے فلاں چیز یا کاروبار کے متعلق لاشعور کو غلط پروگرام دے رکھا ہے، تو آپ اسے آج سے ہی تبدیل کرنا شروع کردیں۔ اس باب کا یہی موضوع ہے۔

اب آپ نے اپنے اچھے پروگراموں کو مزید طاقت دینی ہے اور برے پروگراموں کو ذہن اور لاشعور سے باہر نکالنا ہے۔ اپنے دماغ میں سے مختلف چیزوں سے متعلق غلط اور کمزور پروگرام ختم کرنے ہیں۔ اچھے اور صحیح پروگراموں کو مزید طاقت دینی اور اپنی بنائی ہوئی چھوٹی حدود کو بڑا کرنا ہے۔ اس پر عمل کرکے تھوڑے ہی عرصے میں آپ خوش قسمت ترین انسان بن سکتے ہیں۔

ذہن میں موجود ان پروگراموں کا Shell بڑا کرکے آپ اپنی کسی بھی مطلوبہ چیز میں کامیابی حاصل کرسکتے ہیں۔ لیکن اہم اور سمجھنے والی بات یہ ہے کہ کسی بھی پروگرام کو آپ اپنے اندر موجود روحانی توانائی کے ذخیرے سے زیادہ بڑا نہیں کرسکتے۔ اسی ذخیرے کو بڑھانے کے لیے ہر قسم کی عبادت اور ورد کیے جاتے ہیں۔ قرآن حکیم میں موجود آیتیں اس ذخیرے کو بڑھانے کی سب سے بہتر اور مکمل ترین صورت ہیں۔ قرآن میں مکمل مطالب والی مختلف سورتیں آپ اس مقصد کے لیے استعمال کرسکتے ہیں۔ اس موضوع پر مولانا اشرف علی تھانوی اور مولانا احمد خان بریلوی صاحب نے کافی کام کیا ہے، آپ ان کی تصنیفات سے فیض یاب ہوسکتے ہیں۔ اس کا کچھ ذکر میں نے اسلام کی روحانیت میں بھی کیا ہے۔

1991ء میں ایک دن مجھے ایک دوست لاہور مال پر YMCA میں لے گیا، چند مزید واقف کار بھی وہاں بیٹھے ہوئے تھے، یہ سلیم کے ہی دوست تھے (سلیم کا ذکر پیچھے آچکا ہے) میں

وہاں بات چیت میں انسان کے یقین اور کامیابی ناکامی میں اس کے کردار کے بارے میں بتانے لگ پڑا کیونکہ گفتگو کا موضوع اسی قسم کا تھا۔ جب میں نے مثبت سوچ کے بارے میں بتایا تو زیادہ تر کو اس کا علم تھا کہ مثبت سوچنا اچھی اور مددگار چیز ہے۔ مگر میرا یہ کہنا ہے کہ ہر انسان بہت خوش قسمت بن سکتا ہے اس پر کچھ کو شک تھا۔ ایک بڑے پڑھے لکھے دوست نے یہ کہا ''قمر صاحب یہ بات لکھنے پڑھنے کی حد تک تو صحیح ہے اور ہم بھی اس کو جانتے ہیں، لیکن کیا عملی زندگی میں بھی اسی طرح استعمال کی جاسکتی ہے'' میرا اس کو جواب یہ تھا کہ ایک اچھا اور صحیح راستہ ہے اور دوسرا خراب اور غلط راستہ، اب اگر آپ کو یہ معلوم ہے کہ اچھا راستہ یہ ہے تو آپ اس کو ہی استعمال کریں گے۔ راستہ بتانا میرا کام ہے اور سمجھانا کہ یہ صحیح ہے، عمل آپ نے کرنا ہے۔ میرے اس دوست نے یہ بات مان لی۔ لیکن اس وقت میری معلومات مکمل نہیں تھیں میں صرف مثبت سوچ کی بات کررہا تھا۔ دماغ کی پروگرامنگ اور اس کو تبدیل کرنے کا مجھے علم نہ ہونے کے برابر تھا۔ پھر اس وقت میں ہر ایک چیز کا عملی تجربہ، یعنی اسے خود ہاتھ سے کرنے کے اصول سے بھی لاعلم تھا وہ بات آج پوری ہورہی ہے کہ کس طرح ہر بدقسمت آدمی عملی طریقے سے خوش قسمت بن سکتا ہے۔ اس طریقے پر عمل کرکے ہر آدمی چند ہفتے سے لے کر چند ماہ کے درمیان خوش قسمت بن سکتا ہے۔ سب سے آسان یقینی اور مکمل طریقہ یہی ہے کہ اپنے دماغ کی پروگرامنگ کو سمجھنا اور اس کو بہتر کرنا۔

مغرب والے اس چیز کو سمجھ چکے ہیں، انڈیا کے پنڈت بھی اس کو کچھ جانتے ہیں۔ لیکن روحانیت میں ان دونوں کو کانفیڈنس اور یقین کامل کے درمیان فاصلہ عبور کرنے کا کوئی طریقہ نہیں سمجھ آرہا۔ توکل خدا تو دور کی بات ہے۔ اپنی عادتیں تبدیل کرتے وقت اس چیز کی سچائی (تھیوری کی سچائی) پر یقین ہونا ضروری ہے اور اس کی تشریح کرنی چاہئے تاکہ لوگ اسے آسانی سے سمجھ لیں، بلکہ ہر آدمی کے لیے یہ اصول سمجھنا بڑا لازمی ہے۔ خصوصاً روحانیت میں دلچسپی رکھنے والے لوگوں کے لیے یہ اور زیادہ ضروری ہے کہ جس جس آدمی کا فیتھ زیادہ مضبوط ہوتا جاتا ہے اس کے دماغ کی پروگرامنگ بھی اور زیادہ اثر کرنے لگ پڑتی ہے۔ جیسے اگر ایسے آدمی نے لوہے کو اپنے لیے لکی مان لیا تو وہ اس کے لیے واقعی ہر دفعہ لکی ثابت ہوگا۔ لیکن اگر اسی آدمی نے لوہے کو کسی وجہ سے Unlucky (اپنے لیے بدقسمتی کا سبب) جان لیا تو وہ ہر دفعہ اسے نقصان ہی دے گا۔

حالانکہ میرے ان چیزوں کے برسوں کے تجربے میں آچکا ہے کہ ایسی کوئی چیز بذات خود لکی یا ان لکی نہیں ہوتی، بلکہ ہم خود بناتے ہیں. مزاروں سے لے کر دیوی دیوتاؤں تک یہی اصول آپ کے اعتقاد کے حساب سے آپ کو فائدہ دیتا ہے. جوں جوں انسان روحانیت میں ترقی کرتا ہے، تو توں اس کا کسی چیز کو لکی یا ان لکی سمجھنا اس پر جلدی اور فوری اثر کرنے لگ پڑتا ہے. نمبروں اور تاریخوں کو بھی لکی یا ان لکی سمجھنے میں بنیادی طور پر اسی چیز کا عمل دخل ہوتا ہے. (Numerology) نمرالوجی میں برسوں تجربہ کرنے کے بعد جب میں روحانیت میں آیا تو آنکھیں کھلیں، پھر یہ چیزیں نظر آئیں.

اس میں مسئلہ یہ بھی ہوتا ہے کہ آپ برسوں کے بنائے ہوئے یقین کو منٹوں میں اپنے لاشعور سے نہیں نکال سکتے. یہ ان چیزوں کو اپنے ذہن اور لاشعور کے جلدی اور مکمل طریقے سے نکالنے کی ترکیب ویولائیزیشن (تصورات) کے باب میں دی گئی ہے. اس میں بنیادی طور پر آپ کی آنکھیں بند کر کے چند منٹ تک یہ تصور کرنا ہوتا ہے کہ آپ فلاں کام (جس میں آپ کمزور ہیں) آسانی اور کامیابی کے ساتھ کر رہے ہیں. ایسا چند دن تک تصور کرنے کے بعد وہ کام آپ کامیابی کے ساتھ کرنے لگ پڑتے ہیں. مگر تصور کرتے وقت آپ اپنے انداز محسوس کرنے کی کوشش کریں تو آپ کو معلوم ہوگا کہ آپ باہر سے تو پرسکون ہو کر تصور میں یہ کام کرنے لگ پڑتے ہیں مگر اندر سے آپ بے چین اور گھبرائے ہوئے ہیں. اس بے چینی اور گھبراہٹ کو ختم کریں، یہ بھی آپ کے گزشتہ کمزور تجربات کی وجہ سے ہے. خود کو اندر سے پرسکون کریں تو پھر آپ اپنی اس کمزوری کو جلد ہی ختم کر لیں گے.

آنکھیں بند کر کے جب انسان مراقبے یا تصور کی دنیا میں چلا جاتا ہے تو بیرونی حسیں جیسے (دیکھنا یا سننا) کمزور یا ختم ہوتے ہی اندرونی حسیں طاقتور ہو جاتی ہیں. ایسا کرتے وقت شعور اور لاشعور کے درمیان حائل پردہ اٹھ جاتا ہے اور انسان جس سوچ یا عادت کی فلم لاشعور کو دکھاتا، لاشعور چند بار یہ فلم دیکھنے کے بعد چھوٹے بچوں کی طرح اس کو ماننے لگ پڑتا ہے اور اس پر عمل کرنا شروع کر دیتا ہے.

چند بار ایسے تصورات کی مشق کرنے کے بعد آپ نے روزمرہ زندگی میں اس چیز کے بارے میں سوچ کو ہر بار مثبت رکھنا ہے. مثلاً اگر آپ کو لوگوں کے نام یاد نہیں آتے تو آپ نے تین چار بار یہ مشق کرنی ہے. اس میں آپ کسی پرسکون کرسی پر یا زمین پر چوکڑی مار کر بیٹھ

جائیں. اپنے آپ کو پرسکون کریں پھر ناک کی راہ سے ایک لمبی سانس اندر پیٹ تک لیں، اسے پیٹ میں تقریباً آدھا منٹ تک روکے رکھیں پھر منہ سے باہر نکال دیں. اس طرح تین دفعہ کریں. پھر آپ نے ذہن میں کسی بھی ایسے آدمی کا تصور کرنا ہے، جس کو آپ آج ہی یا کل پہلی بار ملے ہوں اور آپ کو اس کا نام بھی اتفاقاً یا کسی وجہ سے یاد رہ گیا ہو. آپ نے تصور میں دیکھنا ہے کہ وہ آدمی آپ کو پہلی بار کیسے آ کر ملا، اس نے تعارف کیسے کرایا، یا کسی نے تعارف کیسے کرایا. پھر دوبارہ کچھ وقت کے بعد آپ کو اندر سے بھی پرسکون Relax محسوس کریں. اس واقعے کو آپ دماغ میں تھوڑی دیر آنکھیں بند کر کے گھمائیں، یہ آپ کے ذہن میں گہرا اتر جائے گا. پھر خود سے کہیں "مجھے لوگوں کے نام با آسانی یاد ہو جاتے ہیں، مجھے لوگوں کے نام با آسانی یاد ہو جاتے ہیں، مجھے لوگوں کے نام با آسانی یاد ہو جاتے ہیں". تین بار خود سے ایسا کہنا کافی ہے، پھر آپ آنکھیں کھول دیں. تقریباً ایک ہفتے کے بعد آپ نے اس مشق کو پھر سے کرنا ہے. اس کے بعد جب بھی آپ کو یہ خیال آئے کہ آپ کو لوگوں کے نام یاد نہیں رہتے تو آپ یہ خیال شروع میں ہی جھٹک کر یہ سوچیں کہ مجھے اب نام آسانی سے یاد ہو جاتے ہیں. کچھ ہفتے ایسے کرنے سے بری عادت کی جڑیں جو لاشعور میں برسوں سے جگہ بنائے ہوتی ہیں، ڈھیلی رہنے لگ پڑتی ہیں اور ان کی جگہ نئی عادت جگہ بنانے لگ پڑتی ہے. آپ اس میں دعا سے بھی مزید مدد لے سکتے ہیں یا یادداشت بہتر بنانے کی کوئی سورت پڑھ لیجیے. اوپر بیان کردہ مشق آپ نیم وا آنکھوں سے بھی کر سکتے ہیں یادداشت کو بہت سہارا ملے گا.

ایسی بہت سی غلط عادات کی بنیاد میں اکثر اس چیز کا ڈر بھی کار فرما ہوتا ہے، اسے سمجھیں اور ختم کر دیں. کسی بھی عادت کو تبدیل کرنے کے لئے بہتر یہ ہے کہ آپ اس چیز کو کاغذ پر لکھ کر ایسی جگہ رکھ دیں جہاں دن میں کئی بار آپ کی نظر پڑتی ہو. ورنہ انسان چند روز کے بعد اس عادت کو چھوڑ کر کسی دوسری عادت کی اصلاح کرنے لگ پڑتا ہے. ہمارا لاشعور ویسے بھی ہمیں ایسی پکی عادتیں تبدیل کرنے سے روکنے کی عجیب و غریب طریقے کی کوششیں کرتا ہے کیونکہ اس کے لئے پرانی عادت پر عمل کرنا آسان ہوتا ہے، اگر آپ ان مشقوں پر عمل کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور آپ اس کی تھیوری کی سچائی پر یا اس کے اثرات پر شک ہے، تو پھر وہ آپ کو اس سے ہٹانے میں زیادہ آسانی محسوس کرے گا. سب سے زیادہ یہ کوشش کرے گا کہ آپ کو یہ یاد ہی نہ رہے کہ آپ نے اپنی اس عادت کو تبدیل کرنے کا فیصلہ کیا ہے.

جب وہ اس میں ناکام ہوتا ہے تو پھر وہ آپ کو کسی اور نئی چیز یا عادت میں مصروف کر دے گا، کہ آپ اس نئی چیز میں مصروف ہو جائیں اور پرانے کئے ہوئے فیصلے کو بھول جائیں. اس کے پاس اور بھی کئی ایسے حربے ہوتے ہیں. اس لئے جو بھی عادت آپ تبدیل کرنا چاہتے ہیں اسے لکھ کر کسی سامنے کی جگہ پر رکھیں جہاں دن میں کئی بار آپ کی نظر پڑے. مزید بہتر یہ ہوگا کہ آپ اس ہدایت کو ایسے لفظوں میں لکھیں کہ جسے صرف آپ ہی پڑھ سکتے ہوں، تاکہ دوسرے اسے نہ سمجھ سکیں (ڈاکٹروں کی لکھائی ایسی ہی ہوتی ہے دوائیں وغیرہ لکھتے وقت وہ اس کا خاصہ کامیاب مظاہرہ کرتے ہیں).

آپ اپنی اسی عادت کو آسانی سے تبدیل کر سکتے ہیں جسے تبدیل کرنا آپ اہم یا لازمی سمجھتے ہیں. اگر آپ اس کو تبدیل کرنا اہم نہیں سمجھتے ہیں تو پھر اس مشق سے آپ کو بہت کم ہی فائدہ ہوگا، کیونکہ لاشعور بھی اسے اہم نہیں سمجھے گا. پھر آپ کا لاشعور آپ کو ایسی سب چیزوں سے ہٹانے کی پوری پوری کوشش کرتا ہے جس پر اس کا یقین نہ ہو اس لئے آپ نے قوت ارادی استعمال کرنی ہے. یہ آپ کو زندگی میں بڑی کامیابیوں سے ہٹانے کے لئے چھوٹی چھوٹی چیزوں اور کاموں کو راستے میں پیدا کر لیتا ہے، کہ آپ اس میں مصروف ہو جائیں اور بڑی کامیابیوں سے رہ جائیں (اس کی ایک اچھی مثال اگلے کاروبار کے باب میں ہمارے دوست ملک کی موجود ہے، جس میں گیدڑ، مرغی اور گائے کی مثال دی گئی ہے).

لاشعور ایک بچے کی طرف ہوتا ہے، مگر اس کے ساتھ ساتھ ہی سخت سست، ہڈحرام اور مکار بھی ہوتا ہے. کچھ ہم اسے اپنے الٹے سیدھے وہموں اور سوچوں و یقین کی مدد سے اس طرح بنا دیتے ہیں، جو ہم اس میں برسوں بھرتے (feed) کرتے رہتے ہیں.

ترکیبیں اسے کافی آتی ہیں. ہم میں سے زیادہ لوگوں کو بڑی کامیابیوں سے روکنے کے اکثر بہانے لاشعور ایسے ہی بنا لیتا ہے اس اصول کو سمجھ لیں، زندگی کے ہر شعبہ میں آپ کو ان سے واسطہ پڑتا ہے. اپنے دماغ کا خانہ بڑا کریں. جس چیز میں بھی آپ مصروف ہیں اس میں اپنا یقین تصورات (وژیولائزیشن) و تجربات کی مدد سے بڑا کریں، پھر آپ کو یہ مسئلہ نہیں ہوگا، اور کسی زیادہ چھوٹی چیز پر مطمئن بھی نہ ہو جائیں. ایک دانا کا قول ہے Life is too short to think little (زندگی چھوٹا سوچنے کے لئے بہت کم ہے). چاہے یہ روحانی دنیا میں، سوچیں یا مادی دنیا میں سوچ اور ویژن (Vision) ہمیشہ بڑی اور اونچی ہونی چاہئے.

علامہ اقبال فرماتے ہیں.

محبت مجھے ان جوانوں سے ہے
ستاروں پہ جو ڈالتے ہیں کمند

مادی دنیا میں عام لوگوں کو مثال دینے کے لئے میں ایک سادہ سا سوال کرتا ہوں.

کیا آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ کے پاس آپ کی اپنی نئے سال کے ماڈل کی ٹویوٹا لینڈ کروزر یا نئی مرسیڈیز ہوگی. آپ میں سے جو صاحب اس کا جواب نہیں میں دیتے ہیں، مجھے وجہ معلوم کرنے کی ضرورت نہیں ہے، مگر یہ معلوم ہوگیا ہے کہ ان کے پاس نئی لینڈ کروزر یا نئی مرسیڈیز کیوں نہیں ہے. جن لوگوں کا جواب ہاں میں ہے، ان کے پاس جلد ہی یہ موجود ہوگی.

"آپ خود کو جس بھی قابل ماننے لگ پڑتے ہیں، کچھ عرصہ یہ مانتے رہنے کی صورت میں آپ وہی کچھ بن جاتے ہیں" ہمارے دماغ نے ہر ایک چیز کے متعلق علیحدہ علیحدہ پروگرام بنا لیا ہوتا ہے اور ہر چیز کی حد بندی بھی کر لی ہوتی ہے کہ وہ اس میں کسی حد تک کامیاب رہے گا اور وہ ہر وقت اس حد کی حفاظت کرنے میں لگا رہتا ہے. اور جب بھی انسان اس حد سے بڑا کام کرنے کی کوشش کرتا ہے لاشعور اسے گرا دیا کرتا ہے، اسے ناکام کر دیتا ہے.

اس عادت کو گھونگھے کے شیل (Shell) سے تشبیہ دے سکتے ہیں. جوں جوں انسان کو کامیابیاں ہوتی ہیں، یہ شیل آہستہ آہستہ بڑا ہوتا چلا جاتا ہے. اسے اچانک بڑا کرنا مشکل کام ہے اور جو آدمی اس اصول کو سمجھے بغیر اس کو کوشش کرتا ہے وہ نقصان اٹھاتا ہے. کسی بھی عادت کے بارے میں سوچنا اس عادت کے شیل کو مزید پکا کرتا ہے. دماغ کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اس میں ہر عادت کی لکیر سی ہوتی ہے. مثلاً آپ پہلی بار کافی پیتے ہیں تو وہ آپ کو پسند نہیں آئے گی، دوسری تیسری بار پینے کی صورت میں دماغ میں کافی کے بارے میں بھی لکیر بن جاتی ہے، پھر کافی آپ کو مزیدار لگنے لگ پڑتی ہے.

ہر روز بیٹھ کر اپنی ہر چیز کے متعلق کمزور و مضبوط سوچ کر پڑھیں اور اسے بہتر کریں. اسی طرح دماغ نے ہر چیز کے علیحدہ علیحدہ پروگرام بنائے ہوتے ہیں، جو ہزاروں کی تعداد میں ہو سکتے ہیں. اور یہ جو کچھ مان لیتا ہے، اس کی حفاظت کرتا رہتا ہے اور طاقت دیتا رہتا ہے. اسی لئے آپ یہ بھی کہہ سکتے ہیں کہ کچھ بوڑھوں کے دماغ میں نوجوانوں کی نسبت زیادہ کچرا بھرا ہوتا ہے، کیونکہ انہوں نے غلط پروگرام اندر بیٹھا کر اسے زیادہ عرصہ خوراک دی ہوتی ہے اور، انہیں

تبدیل کرنا مزید مشکل ہوتا ہے. کہاوت ہے "بوڑھے طوطے کیا پڑھیں گے،" مگر یہاں بیان کردہ سیدھے سادھے طریقے سے "بوڑھے طوطے" بھی پڑھ سکتے ہیں. گو نوجوان طوطے آسانی سے پڑھتے ہیں (قلندر کہہ رہا ہے کہ واقعی بہت سے بوڑھوں کے ذہن میں بڑا کچرا ہوتا ہے، ویسے بھی بڑھاپے وقوف نوجوان بیوقوف سے زیادہ احمق ہوتا ہے). کسی بھی عادت کو تبدیل کرنے میں سب سے بڑی رکاوٹ یہ ہو سکتی ہے کہ اگر آپ اپنی عادت سے دب (Impress) ہوگئے ہوتے ہیں، کہ میں ہوں ہی ایسا، یا میں یہ عادت تبدیل ہی نہیں کرسکتا، پھر تبدیل ہونا ممکن نہیں رہتا. مگر یہ آپ کی سوچ ہی ہے، ہر عادت تبدیل ہوسکتی ہے.

ایسا کرنے میں آپ اپنی ہر عادت کو بہتر کرسکتے ہیں. مثلاً کچھ لوگ اگر خالی یہ سوچتے رہیں کہ وہ خوش قسمت ہوتے جارہے ہیں تو یہ چیز ان کے لئے فائدے مند ہوگی. لیکن اگر وہ غور سے اپنے اندر جھانکیں تو معلوم ہوگا کہ وہ کچھ چیزوں میں تو خوش قسمت رہے ہیں مگر کچھ ایسی چیزیں بھی ہیں جن میں وہ خود کو خوش قسمت نہیں سمجھتے. عموماً ایسی چیزوں سے ڈرے اور دبے ہوئے ہوتے ہیں. انہیں سمجھیں اور ختم کریں. روحانیت کے طالب علموں کو چاہیے کہ وہ اس میں اپنی صرف روحانیت سے متعلقہ عادتوں کی ہی صحیح کریں. شخصیت کی بہتری میں بھی توانائی خرچ ہوتی ہے. انہیں اپنے متعلقہ شغل (روحانیت) سے متعلقہ سوچیں ہی بہتر کرنی چاہئیں، جبکہ عام لوگ سب عادتیں بہتر کریں.

ہر شخص کو چاہئے کہ وہ پہلے اپنی بڑی اور اہم عادتوں کے بارے میں سوچ کر اپنی کمزوریوں پر دھیان دے، انہیں ختم کرے. پہلے انہیں سمجھے، مثلاً پیسے کمانے کے بارے میں اس کا ذہن (لاشعور یا اندر کی آواز، یا دل کی آواز) کیا مانتا ہے. ہر انسان اگر تھوڑی دیر اس پر غور کرے تو اسے معلوم ہوگا کہ وہ خود کو کس قابل سمجھتا ہے. کوئی خود کو پانچ ہزار روپے مہینہ کے قابل سمجھتا ہے تو کوئی پانچ لاکھ روپے مہینہ کے" اور جو کوئی خود کو جس قابل سمجھتا اور مانتا ہے وہ اتنی ہی کمائی تھوڑے دنوں کے بعد کرنے لگ پڑے گا". روپے پیسے میں بھی آپ کو چاہئے کہ تصورات (Visulization) سے اس میں مدد لیں اور ساتھ ہی اسے پوری طاقت دینے کے لئے درود ابراہیمی پڑھا کریں، جو کہ پیسے اور خیر و برکت کے لئے بہت ہی مبارک ہوتا ہے. اسی طرح کوئی یہ سمجھتا ہے کہ وہ بولنے میں کمزور ہے، لوگ اس کی بات چیت سے متاثر نہیں ہوتے. اس کی وجہ بھی یہی ہے کہ اس نے برسوں سے خود کو یہی کہا ہے کہ میں بولنے میں اچھا نہیں ہوں. ایسی سب

کمزوریاں پہلے سمجھیں، پھر انہیں دور کریں کوئی سمجھتا ہے وہ بہت حساس ہے، کوئی خود کو بے وقوف سمجھتا ہے، کوئی اجنبیوں سے گھبراتا ہے، کوئی خود کو بدقسمت سمجھتا ہے، کوئی غیر اہم سمجھتا ہے، کوئی خود کو زیادہ سوچنے اور کم عمل کرنے والا سمجھتا ہے.

انسان کی یہی غلط یا کمزور عادتیں ختم کرنے کے لئے لوگ مختلف طریقے استعمال کرتے ہیں، مگر تجربے میں یہی آیا ہے کہ یہاں بتایا گیا طریقہ ہی صحیح اور یقینی طریقہ ہے. کچھ لوگ اس میں کہیں گے کہ دعا کرنی چاہئے، مگر کتنے لوگوں کی دعا قبول ہوتی ہے. دوسرے لوگ صرف قوت ارادگی استعمال کرنا چاہتے ہیں. لیکن اوپر بتایا گیا ہے کہ صرف قوت ارادگی ہی کافی نہیں ہے. کچھ پاکستانی اس کام کے لئے تعویز وغیرہ سے کام لیں گے، مگر تعویز کا اثر بھی کچھ لوگوں پر ہی صحیح ہوتا ہے جن کا اس پر اعتقاد ہو. پھر آپ کتنی چیزوں کے کتنے تعویز لیں گے. مغرب میں کچھ لوگ اس کے لئے ہپناٹزم سے مدد لے کر کچھ عادت تبدیل کرنے میں لگے رہتے ہیں. گو اکثر یہ طریقہ کامیاب ہوتا ہے، مگر ہپناٹزم کے ذہن پر اور بھی کئی اثر پڑ سکتے ہیں. پھر آپ کتنی عادتیں اس کی مدد سے تبدیل کریں گے.

کچھ لوگ کسی مبلغ کی بات سن کر جوش میں آجاتے ہیں اور عہد کرتے ہیں کہ وہ اب اپنی پرانی غلط عادتیں ختم کردیں گے، دوسرے دن صبح اٹھتے ہی وہ واپس اپنی پرانی جگہ پر ہوتے ہیں. ہاں البتہ ایسا کرنے میں آپ اپنے اعتقاد کو استعمال کرکے جلدی تبدیل ہوسکتے ہیں، یعنی آپ کسی عادت کی تبدیلی کے لئے کوئی مخصوص ورد کرسکتے ہیں. جس ورد پر بھی آپ کا یقین بیٹھ گیا وہ اس میں بڑا کامیاب ثابت ہوگا. یقین کو بذات خود ذہن کی پروگرامنگ کہا جاسکتا ہے. خود کو تبدیل کرنے اور بہتر کرنے میں پہلے آپ یہ فیصلہ کریں کہ آپ کونسی عادت تبدیل کرنا چاہتے ہیں. اس کو لکھ کر اس پر خوب غور و فکر کریں. پھر ایسے لفظ چنیں جو سیدھے سادھے ہوں مگر ڈھیلے ڈھالے نہ ہوں. یہ مثبت، تعمیر، اور دھرانے میں آسان ہونے چاہئیں. کچھ لوگ چاہیں تو من پسند مشکل الفاظ بھی استعمال کرسکتے ہیں، ان لفظوں کو آپ کا دل ماننا چاہئے. اس لئے ان میں غور و خوص کریں، ان کو توازن میں لائیں. یہ صحیح نہ ہو اور انسان کا دل ان کو نہ مانتا ہو تو انسان کے لیے انہیں دھرانا زیادہ فائدے مند نہیں ہوتا.

طریقہ یہ ہے کہ آپ ہر روز ایک مخصوص وقت پر بیٹھ کر اپنی مختلف چیزوں سے متعلق سوچ کو پرکھیں. جس میں بھی آپ کو اپنی سوچ کمزور محسوس ہو، اس عادت کو کاغذ پر لکھ لیں اور اسے

تبدیل کرنے کی مشقیں شروع کرنے کی کوشش کردیں. شروع میں ایک ہی عادت کو تبدیل کرنا بہتر ہوتا ہے. اگر آپ شروع میں کئی عادتوں کو تبدیل کرنے کی کوشش کریں گے تو ناکامی ہوسکتی ہے. جب کہ ایک آدھ عادت کو کامیابی سے تبدیل کرلینے کے بعد آپ تین چار عادتوں پر اکٹھے کام کرسکتے ہیں (کیونکہ پہلی کامیابی کی وجہ سے آپ کو خود اعتمادی اور تھیوری کی سچائی پر یقین آچکا ہوتا ہے).

اسلام میں خود اکتسابی کا طریقہ انہیں اصولوں پر کام کرتا ہے. کمزور عادتیں بے شمار ہوسکتی ہیں، حتیٰ کہ نماز میں توجہ مرکوز نہ ہونی بھی دماغ کی پروگرامنگ ہی ہوتی ہے. میں کاروبار نہیں کرسکتا یا کاروباری معاملوں میں کمزور ہوں، یہ بھی اسی میں آتا ہے. یہاں دماغ کے کچھ اور کمزور پروگراموں کی مثال دی گئی ہے. کچھ میں راستے یاد کرنے میں کمزور ہوں، میں شرمیلا ہوں، اچھا ڈرائیور نہیں ہوں، میں نئے لوگوں کو ملنے سے گھبراتا ہوں، اپنے جذبات دبائے رکھتا ہوں، لوگ مجھے پسند نہیں کرتے، میری شخصیت غیر دلچسپ ہے، میں کسی کی آنکھوں میں دیکھ کر بات چیت نہیں کرسکتا ہوں، لوگ مجھے سمجھ نہیں پاتے، میں ایک وقت میں زیادہ لوگوں کو اپنی طرف متوجہ نہیں رکھ سکتا، لوگ مجھے گھٹیا کوششوں کے بعد، میں نئے لوگوں کو شروع میں بڑی جلدی متاثر کرلیتا ہوں مگر کچھ دیر کے بعد کمزوری کا مظاہرہ کرتا ہوں، میں انگلش بولنے میں غلطیاں کرتا ہوں، میری کنسنٹریشن صحیح نہیں ہے، میری جیب خالی رہتی ہے، مجھے دن کو نیند بالکل نہیں آتی یا دوپہر کو نہ سوؤں تو اچھا نہیں لگتا لوگ مجھے بے وقوف سمجھتے ہیں، مجھے غلط دوست ہی ملتے ہیں میرا وقت جلدی نہیں گزرتا، میری عادتیں تبدیل نہیں ہوتیں یا مشکل سے تبدیل ہوتی ہیں.

یقین کو بذات خود ذہن کی پروگرامنگ کہا جاسکتا ہے. بلکہ دماغ نے تو یہ بھی پروگرام بنایا ہوتا ہے کہ میری عمر اتنی ہے، مجھے اس طرح کا نظر آنا چاہئے (اس طرح زیادہ عمر والے اپنے آپ کو خود ہی بوڑھا کرتے رہتے ہیں) موٹاپے اور صحت کا بھی پروگرام ہوتا ہے، اس پر آپ کا دماغ آپ کے یقین کی طاقت کے حساب سے عمل کررہا اور اسے بنا رہا ہوتا ہے. آپ یہ سب عادتیں بہت حد تک کنٹرول اور بہتر کرسکتے ہیں. اسی طرح انسان کی سینکڑوں اور عادتیں ہوتی ہیں جو کہ تبدیل اور بہتر کی جاسکتی ہیں.

ہر انسان کو چاہئے کہ روز کچھ دیر بیٹھ کر اپنی سوچوں کو دیکھے اور جس چیز سے متعلق اسے اپنی سوچ کمزور محسوس ہو، اسے طاقتور بنائے. اس میں شروع میں انسان اپنی اہم عادتوں سے شروع

کرتا ہے انہیں ٹھیک کرنے کے بعد نسبتاً کم اہم کی طرف آتا ہے.

اس میں ایسی کمزور پروگرامنگ بھی شامل ہے کہ مجھے سچے خواب نہیں آتے مجھے کشف نہیں ہوتا، میں جلدی گھبرا جاتا ہوں، میرا ذہن فلاں معاملوں میں کام نہیں کرتا ایسی سوچوں کی بنیاد عموماً بچپن یا لڑکپن سے پڑتی ہے اور ہم اسے سوچ کی طاقت دے کر پختہ کرتے رہتے ہیں، ہم ان سب پروگراموں کو سمجھ کر تبدیل کرسکیں تو آپ کو جلدی ہی معلوم ہوجائے گا کہ ہم نے اپنے لاشعور کو جو پروگرام دیا ہوتا ہے وہ خود بخود اور فوراً ہی کام کرتا رہتا ہے. جیسے پچھلی مثال ہے کہ آپ کو نام یاد نہیں رہتے. تو جوں ہی آپ کسی نئے ملنے والے کا نام سن کر اسے یاد رکھنے کا سوچتے ہیں. اسی وقت اندر سے ذہن بولتا ہے کہ میں نام بھول جایا کرتا ہوں اور فوراً ہی یہ تلوار آپ کے سر پر لٹک جاتی ہے. اب آپ اپنی عادت تبدیل کرنے میں لگے ہوئے ہیں مگر ذہن اس سے پہلے ہی فیصلہ کرچکا ہے کہ اس کا پرانا پروگرام اسے بھلانے کا ہے.

اگر آپ نام یاد رکھنے کی مشق کرتے وقت شروع میں ہی اپنی پرانی بھولنے والی عادت کی سوچ کو محسوس کریں اور اسے پکڑ لیں اور اس کی جگہ نئی اور نام یاد رکھنے والی سوچ ڈال دیں تو آپ کا کام زیادہ جلدی ہوجائے گا. دراصل ان سب چیزوں کے پیچھے ایک ڈر سا موجود ہوتا ہے اور اسے دور کرنے کے بعد آپ کی نئی عادت آسانی سے شروع ہوسکتی ہے. اگر آپ اپنی کسی بھی کمزور عادت کو ختم کرنے کی مشق کرنے میں نئی عادت ڈالتے وقت اپنا پرانا ڈر محسوس کرلیں تو سب عادتیں بڑی جلدی بہتر ہوجاتی ہے. یہ ڈر فوراً ہی آیا کرتا ہے، نئی عادت کی کوشش کرتے وقت ہیں. ایک عجیب بات یہ ہے کہ زیادہ یقین (faith) رکھنے والوں کے دل میں اگر کوئی جھجک یا ڈر رہ جاتا ہے تو وہ زیادہ مضبوط طریقے سے اثر کرتا ہے. ایسا شخص اس کی وجہ سے بار بار غلطیاں (اسی عادت سے متعلق جس کا ڈر ہوتا ہے)، کرتا رہتا ہے، اس لئے سالک کو چاہئے کہ شروع میں ہی انہیں سمجھ کر دور کردے اور زمین صاف کرکے بیج ڈالے.

یہاں پر میں ایک عادت کی مثال دے رہا ہوں اور ان تبدیل کرنے کا طریقہ بھی بتا رہا ہوں. مثلاً کوئی سمجھتا ہے کہ لوگ اسے اہمیت نہیں دیتے اور جب وہ اسے اندرونی طور پر مان لیتا ہے تو پھر وہ ہر روز کچھ دیر ایک کاغذ پر لکھے ''میری لوگوں میں بڑی اہمیت ہے''. یہ اس نے تقریباً دس بار ہر روز لکھنا ہے. اس کے بعد ذہن میں جب بھی وہ پرانا خیال آئے تو اسے پرانا خیال جھٹک کر یہ نیا خیال ذہن میں لانا ہے. چند روز ایسے لکھنے اور ایسا کرنے کے بعد پرانی عادت کی

جڑیں ذہن سے ڈھیلی ہو جائیں گی اور نئی عادت اندر بیٹھنے لگ پڑے گی، پہلے اپنی قوت ارادی کو استعمال کریں اور غلط عادت کی سوچ کو شروع میں ہی جھٹک کر اچھی مثبت سوچ ذہن میں ڈالا کریں. ایسی کسی بھی اہم پہلے کی عادت کی تبدیلی میں آپ تصورات (Visualization) کی مدد بھی لے سکتے ہیں. جس میں آپ نے پہلے پرسکون ہو کر بیٹھنا ہے پھر گہرا سانس لے کر اندر کچھ دیر روکنا ہے پھر منہ کے راستے باہر نکال دینا ہے، ایسا تین بار کریں. پھر آپ نے تصور میں خود کو دیکھنا ہے کہ آپ وہ کام کامیابی سے کر رہے ہیں. جیسے یہاں پر آپ نے یہ تصور کرنا ہے کہ آپ اپنے کچھ قریبی لوگوں (جن کو آپ متاثر کرنا چاہتے ہیں) کے سامنے بیٹھے باتیں کر رہے ہیں اور آپ اندر اور باہر سے بالکل پرسکون ہیں اور بڑے اعتماد کے ساتھ بات چیت میں مصروف ہیں، اور لوگ آپ کو توجہ سے سن رہے ہیں (اس میں دوسرے لوگوں کے کپڑے وغیرہ اور اسی طرح کی دوسری چھوٹی چیزیں دیکھنے کی تفصیل میں نہ جائیں). یہ تصور دس منٹ تک روزانہ کرنا ہے اور تقریباً ایک ہفتہ ایسے کریں. پھر بھی اگر ضرورت محسوس ہو تو آپ اسے مزید عرصہ کر سکتے ہیں.

اکیلے صرف تصور کی یہ مشقیں ہی آپ کی عادتیں تبدیل کرنے میں کافی ثابت ہو سکتی ہیں. لکھنے میں نفسیات دان ایک طریقہ اور استعمال کرتے ہیں. اس کا اصول یہ ہے کہ ہمارے دماغ کے دائیں اور بائیں دو حصے ہوتے ہیں. دائیں دماغ کا تعلق لاشعور سے ہوتا ہے (مستقبل وغیرہ کا تعلق بھی اس طرف سے ہوتا ہے) جبکہ بائیں طرف کا دماغ ہمارا شعوری دماغ ہوتا ہے جس کی مدد سے آپ عام کام کاج کر رہے ہوتے ہیں. دائیں طرف کے دماغ کا تعلق ہمارے بائیں ہاتھ سے ہوتا ہے اور بائیں طرف کا تعلق دائیں ہاتھ سے ہوتا ہے. اس لئے اگر آپ کوئی چیز اپنے بائیں ہاتھ سے لکھیں تو وہ چیز جلدی آپ کے لاشعور میں بیٹھ جاتی ہے. آپ ہر روز دس بار اپنے ذہن کو بائیں ہاتھ سے لکھ کر پروگرام دیں. اسی طرح ایک اور عادت ہے کہ میں اچھا ڈرائیور نہیں ہوں اور جلدی گھبرا جاتا ہوں. تو آپ نے کاغذ پر یہ لکھا کہ میں ایک اچھا ڈرائیور ہوں، ایسا دس بار بائیں ہاتھ سے چند روز لکھیں. پھر پہلے کی طرح پرسکون اندر میں زمین یا کرسی پر بیٹھ کر تصور میں خود کو کامیابی اور اعتماد کے ساتھ گاڑی چلاتے دیکھیں. اس کے بعد جب ذہن میں یہ سوچ آئے کہ میں اچھا ڈرائیور نہیں ہوں، اسے شروع میں جھٹک کر سوچیں کہ میں اچھا ڈرائیور ہوں. چند ہی دنوں میں پھر آپ کامیابی سے بڑے اچھے طریقے سے گاڑی چلا رہے

ہوں گے. بہت سے لوگ اوپر بیان کردہ صرف ایک ہی طریقے سے اپنی عادت کامیابی سے تبدیل کر لیتے ہیں.

اوپر بیان کردہ تینوں طریقوں میں سے جس طریقے پر بھی آپ کا دل مانے اور آپ کا یقین بیٹھ جائے وہ کامیاب ثابت ہوگا ہماری غلط اور کمزور عادتوں کا کوئی شمار نہیں ہے. آپ اپنی اہم ترین کمزور عادتیں ایک کاغذ پر لکھ لیں اور ان کے سامنے مناسب، خود اعتمادی سے اور سادہ لفظوں میں اپنی من پسند اچھی عادت (پرانی عادت کا توڑ) لکھ لیں. پھر جب بھی مستقبل میں کمزور سوچ آئے، آپ نے یہی لکھا ہوا جملہ دماغ میں گھمانا ہے. ایسی چیز عملی طور پر کرتے وقت اندرونی گھبراہٹ کو ختم کر کے پرسکون طریقے اور خود اعتمادی کے ساتھ بسم اللہ پڑھ کر وہ کام شروع کریں. لکھتے وقت یہ دھیان رکھیں کہ آپ نے کبھی مستقبل کا لفظ نہیں لکھنا ہے، کہ آپ وہ کام مستقبل میں کامیابی سے کریں گے. ہمارے لاشعور کے کاغذوں (پروگرام) میں صرف حال موجود ہے اور وہ صرف حال کا حکم مانتا ہے مستقبل سے متعلقہ نہیں، بلکہ آپ نے یہ لکھنا ہے کہ آپ وہ کام ابھی سے کامیابی سے کر رہے ہیں. جیسے "میں دن بدن خوش قسمت ہوتا جا رہا ہوں" (اور اگر آپ نے یہ لکھا کہ میں کچھ عرصے کے "بعد" خوش قسمت ہو جاؤں گا تو ہمارا لاشعور اسے نہیں سمجھ سکتا. کچھ عرصے کے بعد کا مطلب اس کے لئے ہمیشہ کچھ عرصہ کے بعد ہی رہے گا اور آپ کبھی خوش قسمت نہیں ہونگے. سوچنے میں بھی ہر وقت حال سے ہی شروع کرنا ہے) جیسے یہ لکھیں اور بولیں کہ میں، اب خود اعتماد ہوں میں اب خوش ہوں میں اب امیر ہوں اب میری دعا قبول ہوتی ہے، میں بڑی رفتار سے مطالعہ کرتا ہوں، وغیرہ وغیرہ. سوچ کی لگاتار طاقت دے کر آپ اپنے کشف کو بھی صحیح کر اور بڑھا سکتے ہیں، اسی طرح دعا کی طاقت پر بھی اس کا صحیح اثر ہوتا ہے. اپنے خوابوں کو بھی سچے خوابوں میں تبدیل کر سکتے ہیں. بس آپ کو یہ ماننا چاہئے کہ آپ اس کے قابل ہیں، پھر جب بھی اس بارے میں سوچ آئے تو مثبت سوچا کریں.

آپ کی عام شخصیت کی بہتری کے لیے سب سے آسان اور کارآمد ترکیب یہ ہے کہ آپ ہر روز کوئی پندرہ بیس منٹ خالی بیٹھ کر بھی اپنی اہم ترین عادتوں کو طاقتور سوچ دینی (پمپ کرنی) ہے. اس طریقے میں آپ اپنی چھ سات اہم عادتوں کو اچھی اور مثبت سوچ دیں گے. اس طرح تھوڑے عرصے کے بعد لازمی طور پر آپ کی عادتیں، آپ کے بنائی ہوئی سب حدود (شیل) بہتر ہونے لگ پڑیں گے. ایسی طاقت آپ کوئی درد کرتے وقت بھی ذہن کو دے سکتے ہیں. ایسا

کرنا انسان کو ہر حال میں فائدہ دیتا ہے۔ چاہئے آپ کتنی ہی ترقی کیوں نہ کر چکے ہوں پھر بھی آپ کے لیے ذہن کو طاقتور سوچیں دینا فائدے مند ہی رہتا ہے۔ کچھ عرصہ ایک عادت پر کام کرنے کے بعد پھر انسانی ذہن خود بخود طاقتور سوچ سوچتا رہتا ہے۔ پھر آپ کو اس عادت کو طاقتور سوچ دینے کی ضرورت نہیں رہتی پھر آپ ہی دوسری عادت کو ایسی سوچ دینا شروع کر سکتے ہیں۔ انسان کی سینکڑوں عادتیں ہوتی ہیں اس طرح انسان اپنی ہر ایک اہم عادت کو بہتر مثبت اور طاقتور بنا سکتا ہے۔ پہلے بیان کردہ طریقے سے لکھ کر تبدیل کرنا یا تصورات کی مدد سے تبدیل کرنے کے متعلق جملے لکھ کر ہر روز انہیں دھرا کر بھی خود کو بہتر کر سکتے ہیں یا اس میں اسلام میں موجود ورد وغیرہ کی مدد لے سکتے ہیں۔

ایسے جملے بولتے رہنا یا ورد واذکار کرنا اس چیز سے متعلق ہمارے یقین کو گہرا کرتا ہے اور ہمارا یہ یقین اندرونی طور پر پختہ ہوتا ہے کہ ہم وہ چیز حاصل کر سکتے ہیں۔ پھر ہم وہ چیز حاصل کر لیتے ہیں لاشعور یہ کام آسانی سے کر سکتا ہے ایسے مقصد کے لیے ورد اذکار (یا جملے دہرانے) کا اصل مقصد یہی ہوتا ہے۔ ورد بھی جس نیت سے کئے جائیں وہ واضح ہونی چاہئے۔

اس کے علاوہ ہر انسان کو یہ چاہئے کہ وہ اپنی زندگی کا کوئی مقصد (اور منزل) رکھے۔ بغیر مقصد یا منزل کے آج تک کوئی انسان بھی بڑا کام نہ کر سکا اور اسے حاصل کرنیکی شدید خواہش بھی ہونی چاہئے اسی شدید جو آپ کو عمل پر راغب دیا۔ آپ نے بھی اپنے مقصد کا تعین کرنا ہے اس میں آپ پہلا معاشی مقصد رکھ سکتے ہیں کہ آپ نے کتنے پیسے ہر ماہ کمانے ہیں دوسرا مقصد اپنے بال بچوں سے متعلقہ ہو سکتا ہے کہ آپ ان کو کتنا وقت دیا کریں گے اور ان کی تعلیم و تربیت کس طرح کریں گے (اگر یہ پہلو کمزور رہ گیا تو آپ کی سب کامیابیاں بعد میں مٹی کا ڈھیر بن سکتی ہیں) تیسرا مقصد آپ کے دوست واحباب اور آپ کی سماجی حیثیت سے متعلقہ ہو سکتا ہے کہ آپ کیسے دوست پسند کرتے ہیں اور معاشرے میں آپ کی کیا عزت اور آپ کا کیا کردار ہے آپ اسی طرح روحانیت سے متعلقہ پروگرام بھی بنا سکتے ہیں۔

ہر مقصد آپ نے کاغذ پر لکھ لینا ہے اور اس میں آپ نے مدت بھی لکھنی ہے کہ میں پانچ سال میں یہ بننا چاہتا ہوں یا اتنی آمدنی چاہتا ہوں (یہ مدت پانچ تا دس سال کچھ بھی ہو سکتی ہے) اس پر خوب غور وخوص کریں جب آپ کا دل مانے تو آخری اور حتمی مقصد کاغذ پر رکھ لیں اور اس پر عمل شروع کر دیں اگر شروع میں اس پر غور وخوص نہ کیا جائے تو بعض اوقات انسان سراب کا

پیچھا ہی کر رہا ہوتا ہے۔ سب غور وفکر کر کے اسے دل سے جاننے کے بعد لاشعور میں اس کے متعلق یقین پختہ ہو جاتا ہے۔ پھر آپ نے تصورات Visualization اور ورد (یا جملے دہرانے) کی مدد سے اس منزل کی طرف چل پڑنا ہے۔

میں سمجھتا ہوں کہ ہم مسلمانوں میں صرف نماز پڑھنے سے ہی اتنی روحانی توانائی آجاتی ہے کہ ہم کسی بھی مقصد کو واضح ہونے کے بعد باآسانی پا سکتے ہیں۔ نماز بذات خود مکمل دعا ہے۔ کسی بھی مالی مقصد کے لیے آپ یہ درود ابراہیمی ہر روز ایک تسبیح پڑھ لیا کریں یہ اتنا ہی پڑھنا کافی ہے۔

اللھم صلی علیٰ محمد و علی آل محمد کما صلیت علیٰ ابراھیم و
علیٰ آل ابراھیم انك حمید مجیدO

سورۃ فاتحہ پڑھنا آپ کسی بھی مقصد کے لیے استعمال کر سکتے ہیں، یہ ویسے بھی راستہ دکھانے کی دعا ہے۔ مکمل درود ابراہیمی کسی بھی ذہنی چیز اور برکت وسلامتی کے لیے بہت پر تاثیر ہوتا ہے۔ روحانی طاقت وترقی کیلئے آیت الکرسی کا پڑھنا بے حد مفید ہے۔ ہر وقت کرنے والے ذکر میں درود شریف یا ''لا الہ الا اللہ'' بہترین ذکر ہیں۔ درود شریف استغفار کا بھی کام کرتا ہے۔

یہ میرے آزمائے ہوئے ورد ہیں اور اہم یہ بھی ہے کہ کس پر انسان کا پکا اعتقاد بیٹھ جاتا ہے۔ آپ پاکستان میں لکھی ہوئی کتابوں میں مولانا اشرف علی تھانوی، مولانا احمد رضا خان بریلوی، خواجہ شمس الدین عظیمی یا قدرت اللہ شہاب صاحب کے شہاب نامے میں سے اذکار لے سکتے ہیں۔ آپ کسی بھی اچھے عالم سے ہر علیحدہ مقصد کے لیے علیحدہ علیحدہ ذکر لے سکتے ہیں۔

مگر ہمیشہ وہ چیز پڑھیں جو آپ کا دل مانے۔ جو چیز بھی دل نہ مانے، انسان کو اس سے بہت کم فائدہ ہوتا ہے۔ میرے ذاتی تجربے میں آیا ہے کہ پڑھ کر ذکر ڈھونڈنے کے بجائے کسی سے لیے ہوئے ذکر پر انسان کا اعتقاد جلدی بیٹھ جاتا ہے، لیکن انشاء اللہ اس کتاب میں بیان کردہ اصول سمجھنے اور ذہن نشین کرنے کے بعد آپ جو بھی ذکر کریں گے اس کا بڑا جلدی اور فوری اثر ہوا کرے گا۔

میں ایک بار پھر یہ بات دھرانا چاہتا ہوں کہ آپ خود کو تبدیل اور بہتر اسی صورت میں بڑی آسانی کے ساتھ کر سکتے ہیں اگر آپ خود کو اپنی مطلوبہ چیز کے قابل مانتے ہیں۔ یہ مطلوبہ چیز مادی یا روحانی دنیا کی کوئی بھی چیز ہو سکتی ہے۔ جو خود کو جس قابل ''مانتا'' ہے وہی کچھ وہ بن جاتا

ہے، اگر آپ سمجھتے اور مانتے ہیں کہ آپ اپنی عادت کو تبدیل نہیں کر سکتے تو پھر چاہے آپ کچھ بھی کر لیں آپ وہاں کے وہاں ہی رہیں گے. مگر درحقیقت ہر انسان اپنی ہر عادت کو تبدیل کر سکتا ہے، گو اپنی جبلت ہر انسان تبدیل نہیں کر سکتا.

دماغ کے مختلف حصوں والے اس نیچے بیان حدہ مضمون کو پڑھنا عام لوگوں کے لیے ضروری نہیں صرف نفسیات وغیرہ میں گہری دلچسپی رکھنے والے ہی اسے پڑھیں باقی لوگ آگے بڑھ سکتے ہیں. ہمارے دماغ کی پروگرامنگ میں ایک اہم سمجھنے والی بات یہ ہے کہ ہمارے مسائل دماغ کے مختلف حصوں سے تعلق رکھتے ہیں اس کی ایک عام فہم اور آسان مثال جارجیا کے فلاسفر Gordijieff نے دی ہے اس کے کہنے کے مطابق ہم ایک چیز کو دماغ کہتے ہیں مگر حقیقت میں ہمارے تین قسم کے دماغ (ذہانت یا Brain) ہیں. پہلے کو اس نے جسمانی جبلت کا دماغ (Body Instinct Brain) کا نام دیا ہے.

دوسرے جذباتی دماغ Emotional Brain کہتے ہیں (اسے آپ ہماری زبان میں دل کہہ سکتے ہیں) پہلا ہماری جسمانی حالت کو کنٹرول کرتا ہے یہ کچھ لوگوں خصوصاً کھلاڑیوں میں کافی ڈیویلپ ہو جاتا ہے. جسم پر ہمارے لوگوں میں (اور مغرب میں بھی بالعموم) کم توجہ دی جاتی ہے بلکہ ہم اسے بیرونی طور پر خوبصورت دکھائی دینے کے لیے ڈائٹنگ وغیرہ سے اسے بیمار کر سکتے ہیں. اصل میں ہمیں اس کی ضروریات دیکھنی چاہئیں کہ اسے کیا خوراک ضرورت ہے کیا کیا ورزش چاہئے ہے تاکہ جسم صحت مند رہے پھر جسمانی جبلت کی حس بھی صحیح کام کرے اور یہ ہمیں بیماری وغیرہ کی وقت سے پہلے اطلاع دے سکے. اسی طرح ہمیں تھکن اور دردوں وغیرہ کا صحیح طریقے سے بتا سکے. صحت مند روح صحت مند جسم میں ہی ہوتی ہے. کسی مستقل بیمار سے پوچھ کر اس کا اندازہ کریں. ورزش سے ڈیپریشن بھی ختم ہو جاتا ہے. ایسے ہی جذباتی دماغ (دل) بھی صحیح حالت میں ہونا چاہئے جذباتی دماغ میں ہی ہم ہر چیز میں سے کسی کو پسند کرتے ہیں کسی چیز یا کسی کام کو ناپسند اور کچھ سے ڈرتے بھی ہیں یہ عموماً اسی جذباتی دماغ کا کام ہوتا ہے اسی کی وجہ سے لوگ کسی کام میں کمزور (ماہر نہ ہونا) ہوتے ہیں کسی کام کو بغیر وجہ کے سمجھتے ہیں.

تیسرا عام دماغ ہے اس کے مختلف پہلوؤں پر اس کتاب میں پہلے ہی ذکر کیا جا چکا ہے اور اس کے کام سے عام حضرات بھی واقف ہیں Gordijieff کے کہنے کے مطابق بہت کم لوگوں میں یہ تینوں صحیح نشوونما یافتہ Develop ہوئے ہوتے ہیں کچھ میں جذباتی دماغ کم نشوونما یافتہ

Develop ہوتا ہے. یہ شخص دوسروں کے جذباتی مسائل بھی نہیں سمجھ سکتا، چاہے خاصہ ذہین بھی ہو اسے آپ بے حس بھی کہہ سکتے ہیں. یہ اپنے ساتھیوں کی تکلیفوں وغیرہ کو محسوس ہی نہیں کرتا. انہی تینوں دماغوں میں سے ایک یا دو کا کم ڈیویلپ ہونا ہی ہم میں سے بہت زیادہ لوگوں کی ذہنی و جذباتی مشکلات Suffering کا سبب ہوتا ہے. ہم میں سے بہت سے لوگ اپنے جذبات کا اظہار کرنے سے ڈرتے ہیں. یہ بھی جذباتی دماغ کا کام ہے، اس کا حل آپ نے عام دماغ میں نہیں، بلکہ جذباتی دماغ (دل) میں ہی ڈھونڈنا ہے. اس کی وجہ عموماً بچپن میں چھپی ہوتی ہے کہ پہلی بار آپ نے کہیں کسی بات پر جذبات کا اظہار کیا تو آپ پر ہنسا گیا، اس بات کو آپ نے دل میں بٹھا لیا، پھر یہ عات مضبوط ہوتی چلی گئی. ایسے ہی آپ نے شروع میں کسی مریض کی سڑک پر مدد کرنے کی کوشش کی جو آپ کے لیے تجربہ کار نہ ہونے یا کسی وجہ سے کامیاب نہ ہوئی، اب آپ بیمار کی مدد کرنے سے کتراتے ہیں. ایسے ہی اور بہت سی چیزوں کو پسند ناپسند کرنا آپ کے اسی دماغ کا کام ہے اور اس کی وجہ بالعموم ماضی میں چھپی ہوتی ہے.

ان وجوہات کو ماضی میں تلاش کریں، پہلی بار جب آپ سے اس کا سامنا ہوا تھا پھر تصورات Visualization وغیرہ کی مدد سے (جو میں پیچھے بیان کر چکا ہوں) اسے دور کیجئے، پھر آپ کا یہ دماغ بھی نارمل Normal کام شروع کر دے گا. گورڈ جیف کے کہنے کے مطابق انسانی کے دماغ میں یہی تین سنٹر نہیں بلکہ کل کرتے ہیں اگر پہلے تینوں سنٹر (تینوں دماغ) ڈیویلپ ہوئے ہیں، پھر یہ خود ہی کام شروع کر دیتے ہیں. مگر چوتھے اور پانچویں سنٹر کے کام کرنے کی صورت میں انسان ہر قسم کے زندگی و موت قسم سے متعلقہ مشکل قسم کے سب سوالوں کا جواب دے سکتا ہے (گو کرامات کا اس میں کوئی ذکر نہیں تھا) ویسے بھی میرے تجربے کے مطابق کرامات یا ایسے کرتب کسی استاد سے سیکھنے سے آتے ہیں. میں یہاں پر گورڈ جیف کی بات کی کچھ تصدیق کچھ اختلافات کروں گا. تصدیق یہ ہے کہ یہ پہلے بیان کردہ تینوں دماغ (سنٹر) اگر صحیح کام کرتے ہوں تو انسان روحانیت کے لیے بالکل موزوں ہو جاتا ہے.

اختلاف کی بات سے ہے کہ صرف انہیں تین سنٹروں کے ہی ڈیویلپ ہونے کی صورت میں باقی دو بھی کام شروع کر دیتے ہیں. مجھے کئی لوگ ملے جن کے تینوں سنٹر صحیح ڈیویلپ تھے مگر چوتھا اور پانچواں برسوں کی کوششوں کے باوجود کام نہیں کر رہے تھے. ان میں ایک شروع میں بیان کردہ کتاب Waking Up کا رائٹر بھی ہے جو کہ یہ تینوں برین ڈیویلپ ہونے کے بعد

انسان کو صرف جاگ لگنے (پنجابی لفظ، یعنی کسی استاد یا پیر کی نظر کرم) کی ہی ضرورت رہ جاتی ہے اگر صحیح استاد نہ بھی ملے تو ایسے لوگوں کی اویسی طریقے سے یا ورد وغیرہ سے ہی مدد ہو جایا کرتی ہے کیونکہ یہ تیار ہو چکے ہوتے ہیں انہیں بس ایک تیلی کی ضرورت ہوتی ہے. ایسے لوگ خود ہی کوئی صحیح ورد (آیت وغیرہ) کر کے بھی اصل روحانیت میں پہنچ جاتے ہیں. ایک حد پار کرنے کے بعد انسان پھر خود ہی ترقی کرتا چلا جاتا ہے. گورڈ جیف کے ساتھ بھی یہی ہوا تھا وہ بے شمار لوگوں سمیت مسلمان صوفیوں، درویشوں، جوگیوں، فقیروں) کو ملتا رہا تھا ان میں سے کسی کی توجب کام کر گئی مگر وقت آنے پر ہی اس کا اثر ظاہر ہوا تھا جب وہ تیار ہو چکا تھا.

یہ سب کچھ بیان کرنے کا ایک مقصد تو مغربی روحانیت کے یہ اصول لوگوں پر واضح کرنا ہیں اور دوسرا مقصد کہ آپ اپنی کسی بھی جذباتی مشکل کا حل جذباتی پہلو اور ماضی میں دیکھیں. ورنہ یہ پہلو نامکمل رہ جاتے ہیں اور انسان کی شخصیت مکمل نہیں ہوا کرتی. ایسی جذباتی کمزوریاں جب وجہ معلوم ہو جائے تو دور کرنی آسان ہوتی ہیں ورنہ انسان ساری عمر ان سے ڈرتا نفرت کرتا یا ان سے ناپسندیدگی میں وقت گزارتا رہتا ہے یہ سب چیزیں انسانی روح میں موجود توانائی کو دبائے اور روکے رکھتی ہیں ان کو سمجھنے اور مسائل حل کرنے کی صورت میں یہ دباؤ ختم ہو جاتا ہے اور روح کے کام میں آسانی ہو جاتی ہے.

پھر ہم سب لوگ کچھ قدرتی صلاحیتوں جیسے روحانیت اور آرٹ وغیرہ کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں مگر ہمارے والدین اور آس پاس کے لوگ ہم پر ایک نقاب سے چڑھا دیتے ہیں یہ نقاب طاقتور ہو کر ہماری اصل شخصیت کی جگہ لے لیتا ہے. اس نقاب کو مرنا چاہئے تا کہ یہ ہماری شخصیت کا سب سے طاقتور حصہ اور خود کار طور پر ہمیں کنٹرول کرنے والا نہ رہے. بلکہ اس کی سب قابلیتیں اور علم ہم اونچے درجے کی ذہانت میں استعمال کر سکیں.



باب نمبر ۲۴

کاروبار اور پیسہ

قرآن پاک میں سورۃ الطلاق میں ہے:

''اور جو خوش بخت ڈرتا ہے اللہ تعالیٰ سے بنا دیتا ہے اللہ اس کے لیے نجات کا راستہ. اور اسے (وہاں سے) روزی دیتا ہے جہاں سے اسکو گمان بھی نہیں ہوتا. اور جو (خوش نصیب) اللہ پر بھروسہ کرتا ہے تو اس کے لیے وہ کافی ہے. بے شک اللہ تعالیٰ اپنا کام پورا کرنے والا ہے'' (۲-۳)

پیسہ کمانا کاروبار کرنا ایک بہت اہم موضوع ہے. ہمارے ملک میں یہ اکثر لوگوں کے لیے سب سے اہم مسئلہ ہوتا ہے. اس لیے میں نے کوشش کی ہے کہ اس باب میں ہر ممکن کار آمد معلومات دے سکوں. اس باب میں اسی وجہ سے کتاب میں پہلے بھی بتائی گئی کچھ اہم باتیں دوبارہ دہرائی گئی ہیں. جو حضرات کاروبار وغیرہ میں دلچسپی نہیں کرتے وہ اگلے باب پر چلے جائیں. پیسہ عجیب چیز ہے، پیسے کمانا بہت مشکل بھی ہے اور بہت آسان بھی ہے. یہ صرف آپ کے یقین کی بات ہے. اگر آپ کے اندر یہ یقین بیٹھ گیا کہ پیسہ کمانا آسان ہے تو چاہے آپ جھونپڑی میں ہی پیدا ہوئے ہیں آپ کو محلوں میں رہنے سے کوئی نہیں روک سکتا اور اگر آپ کے اندر یہ یقین بیٹھ گیا کہ پیسہ کمانا بڑا مشکل ہے تو پھر چاہے آپ محل میں ہی پیدا ہوئے ہوں، آپ دن بدن جھونپڑی کی طرف بڑھتے چلے جائیں گے. بہر حال یہ بات میں پہلے بھی کئی بار لکھ چکا ہوں کہ عملی تجربوں اور کامیابیوں کے بغیر یقین کبھی مکمل نہیں ہوتا.

رسول پاک ﷺ نے فرمایا'' کہ تجارت کرو''. ہم مسلمانوں نے اس کو نہیں سمجھا. دوسری طرف یہودی بنیادی طور پر کاشتکار تھے، بابل کی غلامی کے دوران انہوں نے وہاں کے باشندوں سے تجارت سیکھی، پھر یہ ان کی نسل کا امتیازی نشان بن گئی. اب دنیا کے بڑے بڑے کاروباروں میں یہودیوں کا بڑا حصہ ہے. مجھے خود بھی مختلف ملکوں کے یہودیوں سے ملنے کا اتفاق ہوا، ان میں سے کئی میرے گاہکوں (پامسٹری اور روحانی علاج) میں بھی شامل تھے. یہ خاصے تہذیب یافتہ تھے، گو دوسری طرف اکثر کنجوس اور کاروبار میں کھوچل (Crooks) تھے. یعنی

ہر الٹا سیدھا ہتھکنڈہ جیسے ٹیکس چوری، کالا دھن بنانا وغیرہ، اس میں ماہر تھے. لیکن اپنے ساتھ ڈیل کرنے (لین دین) کرنے میں دوسری عام قوموں کی نسبت بہتر اور تجربہ کار تھے کیونکہ اس کے بغیر کاروبار ترقی ہی نہیں کرسکتا، بلکہ ہو ہی نہیں سکتا. بات چیت میں مہذب ہونے کی وجہ یہ ہے کہ ہر دور میں ان کے پاس پیسے کی فراوانی رہی ہے. جس قوم کے پاس بھی پیسہ زیادہ ہوتا ہے وہ غریب قوموں کی نسبت زیادہ شائستہ اور باتہذیب ہوتی ہے.

مسلمان مور اسپین میں دنیا کی سب سے تہذیب یافتہ قوم تھے. جب سارا یورپ جہالت کے اندھیروں میں سے گزر رہا تھا اس وقت اس میں اسپین تہذیب وفنون کا گڑھ تھا. اس کی بنیادی وجہ بھی مال ودولت کی فراوانی تھی. آج کل یہ حساب بالکل مختلف ہے. پاکستان اور باہر کے ملکوں کے بے شمار کاروباری لوگوں سے ملنے، بات چیت کرنے کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ کاروبار میں سب سے اہم چیز ایمانداری ہے. اس بات کی تائید میرے اپنے کاروبار نے عملی طور پر کی. ہر آدمی ایماندار اور اپنی بات کے پکے آدمی سے کاروبار کرنا چاہتا ہے.

میرے پاس ایک افغانی سکھ من موھن سنگھ 1996ء میں ایمسٹرڈیم سٹیشن والی دکان میں کام کرتا رہا. اس کی فیملی افغانستان جنگ کے دوران انڈیا شفٹ ہو چکی تھی. وہ کہنے لگا کہ افغانستان میں ہماری بڑی موج تھی، بڑے کاروبار تھے. کئی بار دادا نے پیسے دیئے اور پوتے نے آکر اسی طرح امانت گن کر واپس لی. ہم بہت سکھی تھے. مجھے اس کی بات سن کر ہنسی بھی آئی اور مسلمانوں کی عقل پر رونا بھی آیا. میں نے من موھن سے کہا کہ تم لوگ ہندوؤں میں رہ کر کاروبار جان گئے ہو، تمہیں ایمانداری اور ساکھ کی اہمیت کا پتہ ہے کہ ایک دفعہ ساکھ بن گئی تو ساری عمر اسی کی کمائی کھاتے رہو گے.

میں نے مثال دینے کے لیے جیب سے سو گلڈر کا نوٹ نکالا اور من موھن سے کہا کہ یہ ایک کاغذ کا پرزہ ہے. اگر اس کے پیچھے اعتبار شامل نہیں ہے کہ ہالینڈ گورنمنٹ اس کے بدلے سو گلڈر کا سونا دے دے گی تو اس کاغذ کے پرزے سے ہم ہاتھ بھی صاف نہیں کرسکتے. یہ جو بڑے بڑے بینک نظر آرہے ہیں یہ کیا ہیں. یہ اعتبار تمہیں پیسے اسی لیے جمع کرواتے تھے کہ انہیں تم پر اعتبار تھا اور تمہیں کاروبار میں ایمانداری اور ساکھ کی اہمیت کا علم تھا اور افغانی مسلمانوں کے پاس یہ علم نہیں تھا، وہ اس میں جاہل تھے. اگر وہ اپنے کسی افغانی مسلمان کو بھی پیسے رکھوا دیتے تو وہ انہیں واپس نہ دیتا. کیونکہ اسے یہ کہاوت پتہ نہیں ہے کہ ''چوراں دے گھر

دیوے نہیں بلدے'' چوروں کے گھر دیے نہیں جلا کرتے''

یہ کہاوت میں نے کئی بار سنی تھی لیکن ابا جان نے اس کا حقیقی واقعہ بتایا کہ چکوال کا ایک مشہور چور تھا جو کہ اپنے بارہ سالہ بیٹے کے ساتھ چوری کرنے جا رہا تھا. راستے میں اپنے خاندانی کارنامے بھی بیان کرتا جا رہا تھا. راستے میں ایک چھوٹا سا گھر آیا، اسے دیکھ کر فخریہ اپنے بیٹے کو بتانے لگا کہ اس گھر میں میں نے تین بار سن (نقب) لگائی ہے اور سب اٹھا کر لے گیا تھا. اس کا بیٹا سمجھدار تھا، وہ گھر کو غور سے دیکھ کر کہنے لگا کہ ابا آپ نے یہاں تین بار نقب لگائی اور ہر دفعہ سب کچھ اٹھا کر لے، لیکن اس گھر میں اب لالٹین کی روشنی موجود ہے اور ہمارے گھر میں تو اس وقت دیا بھی موجود نہیں ہے، اس کا مطلب ہے کہ یہ گھر والے صحیح ہیں جو تین بار لٹنے کے بعد بھی روشنی میں بیٹھے ہیں. خرابی ہم میں ہے، ہمارے کام میں ہی ہے. بیٹا انہی قدموں پر گھر واپس آگیا، پھر سبزی منڈی میں مزدور کرنے لگا اس کے بعد وہاں ہی آڑھتی بن گیا.

حرام کی کمائی کرنے والے اکثر اپنے ضمیر کے ہاتھوں ہی نقصان اٹھاتے ہیں اور حرام کام (خصوصاً ڈرگ وغیرہ) کا نقص یہ بھی ہے کہ آپ کچھ نہیں سیکھ پاتے. پھر اس میں پیسہ تو تیزی سے آجاتا ہے مگر اعتماد نہیں آتا اور اس کی وجہ سے پیسہ پھر سے چلا جاتا ہے، پاس نہیں رہتا. سچائی اور ایمانداری کے راستے سے منزل تلاش کرنے والے چاہے نوے قدم کامیابی سے اٹھالیں، آخری دس قدموں میں انہوں نے گرنا ہی گرنا ہے. اس چیز کو آپ اپنے ذہن میں پکا بٹھالیں.

یہ اصول توڑنا ناممکن ہے، یہ قرآن کے علاوہ باقی سب الہامی کتابوں میں بھی لکھا ہوا ہے، اس کے علاوہ روحانیت کے سب سکول بھی اس چیز کی تائید کرتے ہیں. پھر یہ چیز یونیورسل لاء میں شامل ہے. آپ کا لاشعور بھی یونیورسل لاء کے مطابق اصولوں کی پابندی کرتا ہے، آپ کا مذہب اور عقیدہ چاہے کچھ بھی ہو یعنی یہ اصول ہماری روح پر لکھا ہوا ہے. آپ کا ضمیر چاہے سویا ہوا ہے یا جاگ رہا ہے اس اصول کا غلام ہے. بے ایمانی اور غلط راستوں سے کمائی کرنے والے آدمی کا جس دن ضمیر جاگ گیا تو وہ توبہ کرلے گا. اگر توبہ نہیں کرے گا تو پھر تھوڑے ہی عرصے میں اس کا مال ودولت ضائع ہو جائے گا، چاہے وہ قارون جتنا ہی مال دار کیوں نہ ہو. آپ اس کا ضمیر نہ جگائیں، یہ جگانا تھوڑا مشکل ہے. اس کے کانوں میں یہ بات ڈال دیں کہ وہ واقعی حرام اور غلط کمائی کر رہا ہے. پھر تھوڑے ہی عرصے میں اس کا نتیجہ دیکھیں. ویسے بھی غلط بنیاد پر کھڑا ہوا قلعہ بھی ریت کی دیوار ہی ہوتا ہے.

میں دنیا کے مختلف لوگوں، مشرق و مغرب کے مذہبی لوگوں، لامذہبوں، کاروباریوں، دانشوروں، سب کو ملنے کے بعد ہر مذہب کا جائزہ لینے کے بعد اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ مسلمان یا صحیح روحانی کے ساتھ دنیا کا کوئی شخص کاروبار میں بھی مقابلہ نہیں کر سکتا۔ بشرطیکہ وہ شخص صحیح اور سمجھدار مسلمان یا روحانی ہو۔ کاروبار پر بے شمار کتابیں لکھی جا چکی ہیں، اس لیے میں ان باتوں کی تفصیل میں نہیں جاؤں گا جو کہ سب لوگ جانتے ہیں، مثلاً طلب اور رسد وغیرہ۔ کہ جس چیز کی طلب ہے وہی چیز بیچی جا سکتی ہے اور اگر طلب زیادہ ہے اور سپلائی کم ہے تو وہ چیز مہنگی ہوتی جائے گی (جیسے پاکستان میں بکرے کا گوشت وغیرہ، حلوا بھی مہنگا ہو جانا چاہئے پتہ نہیں کیوں نہیں ہو رہا ہے۔ سستی ایک ہی چیز ہے غریب کا خون)۔

یہ بھی ایک اہم بات ہے کہ محنت کا پھل ضرور ملتا ہے اور ہر کاروبار میں محنت ضرور کرنی پڑتی ہے پھر ذہن میں جو چیز بٹھا لیں وہی انسان کو ملتی ہے۔ ذہن میں ہار ہو تو ہار ملتی ہے جیت ہو تو جیت، کامیابی تو کامیابی ناکامی۔ تو ناکامی ہر حال میں پر یقین پر امید اور مثبت سوچ والے (Optimistic) رہیں حالات چاہے جیسے بھی ہوں۔ ناامیدی منفی سوچ (Pessimsist) رکھنے والا شاذ و نادر ہی کامیاب ہوا کرتا ہے۔

کاروبار کے عام اصول میں یہ بات بھی شامل ہے کہ پیسہ پیسے کو کھینچتا ہے۔ یہ بات صحیح ہے کیونکہ زیادہ پیسے والے کاروباری میں ڈر کم ہوتا ہے کہ اگر اس نے نقصان کر لیا تو پھر وہ دوبارہ اس قابل ہی نہیں ہوگا کہ وہ اسی پرانی سطح پر کام کر سکے اور جس چیز کا ڈر ذہن میں ہو اور خصوصاً اگر یہ ڈر غالب ہو گیا تو پھر وہ کوئی نہ کوئی غلطی لازمی کرے گا اور اپنا نقصان کرے گا۔ دنیا میں کسی بھی مادی کامیابی کیلئے محنت جدوجہد اور Determination کے اپنے نمبر ہیں اور مثبت سوچ و یقین کے اپنے خصوصاً مالی اور کاروباری دنیا میں ہر آدمی کو کچھ نہ کچھ محنت اور جدوجہد ضرور کرنی پڑتی ہے۔ محنت اور جدوجہد کے ساتھ یقین کامل بھی شامل ہو گیا تو پھر آپ کو اپنے منتخب کام میں چوٹی کے لوگوں میں شامل ہونے سے کوئی نہیں روک سکتا۔

کسی بھی کاروبار کو کامیابی سے کرنے کے لیے خود اعتمادی Self Confidence ضروری ہے، یہ دنیا کے ہر کام میں لازمی ہوتا ہے۔ اگر کسی آدمی کو خود پر اعتماد نہیں ہے کہ وہ یہ کاروبار چلا لے گا تو پھر وہ اس میں نقصان ہی اٹھائے گا۔ دراصل یہ بات اندرونی اعتماد کی ہوتی ہے۔ باہر سے آدمی لاکھ کہتا رہے مجھے اعتماد ہے، مجھے اعتماد ہے لیکن اندر سے ایک آواز آ رہی ہوتی ہے جو

کہتی ہے مجھے ڈر لگ رہا ہے۔ اندرونی یقین کی یہ آواز باہر سے کئی گنا طاقتور ہوتی ہے۔ اسی آواز پر ہماری قسمت کا انحصار ہے۔ اس اندرونی اعتماد کی کمزوری کی بڑی وجہ تجربے کا نہ ہونا ہے اگر آپ کو کسی چیز کا عملی تجربہ نہیں ہے تو پھر اس چیز کو کیسے اعتماد سے کر سکتے ہیں۔ گو بظاہر آپ کی ہستی کتنی ہی خود اعتماد Self Confident کیوں نہ ہو۔

میرا اپنا تعلق ایک فوجی فیملی سے ہے۔ میرے ابا جان اور بڑے بھائی فوج میں کرنل ریٹائرڈ ہوئے، چھوٹے بھائی نے کپتانی ہی میں فوج چھوڑ دی، دادا کا تعلق بھی فوج سے ہی تھا۔ فوجی ماحول اور مختلف چھاؤنیوں میں رہتے ہوئے مجھے کاروبار کا تو علم نہ ہو سکا، لیکن اکثر یہ دیکھا کہ جو فوجی ریٹائرڈ ہوتے ہیں وہ عموماً کاروبار کرتے اور اس میں نقصان اٹھاتے ہیں۔ گو بظاہر یہ لوگ خاصے سمجھدار اور خود اعتماد ہوتے ہیں۔ اپنی ناکامی کی وجہ وہ چاہے کچھ بتائیں کہ فوج کی زندگی سیدھی ہوتی ہے، جھوٹ فراڈ نہیں ہوتا اور باہر کی دنیا زیادہ تر چل ہی فراڈ پر رہی ہوتی ہے۔ لیکن اصل میں ان کا مسئلہ وہی ہوتا ہے جو کہ ہر نئے کاروباری کا ہے جو کہ کسی اور پیشے جیسے زمین داری نوکری وغیرہ سے کاروبار کی طرف آتے ہیں۔ ان کا مسئلہ اندرونی اعتماد کی کمی ہوتی ہے۔

جب تک آپ کو کسی چیز کا عملی تجربہ نہ ہو آپ کو اعتماد ہو ہی نہیں سکتا۔ آپ چاہے آکسفورڈ یونیورسٹی میں بزنس کے پروفیسر ہی کیوں نہ ہوں، اگر آپ نے اپنے ہاتھ سے کاروبار نہیں کیا ہے تو آپ فیل ہو جائیں گے۔ یہی مسئلہ ہر ایک نئے کاروباری کو درپیش ہوتا ہے۔ عملی تجربہ بہت اہم چیز ہوتی ہے۔ اس اعتماد کو پانے کے لیے لازم ہے کہ آپ اپنے مطلوبہ کام کو کچھ عرصہ کامیابی سے کریں، یہ کامیابی آپ کو اعتماد دے گی۔ پھر کچھ عرصے کی کامیابیوں کے بعد یہ اعتماد اندرونی اعتماد میں بدل جائے گا۔

اس اعتماد کو بڑھانے کے لیے شروع میں ہر کام تھوڑے پیسے سے ہی کرنا چاہئے۔ چھوٹے لیول اور تھوڑے پیسے سے شروع کئے ہوئے کام میں انسان کو ڈر و خوف نہیں ہوتا اور جب ڈر و خوف نہ ہو تو ناکامی کا امکان بہت کم ہوتا ہے۔ بغیر تجربے کے ہر نیا کاروباری کچھ عرصے چھوٹے پیمانے پر ہی کام شروع کرے اور عملی طور پر خود ہر کام اپنے ہاتھوں سے بھی کر کے دیکھے، اور پھر اسے بڑھاتا چلا جائے اپنے یقین کے حساب سے اتنی ہی رفتار سے انشاءاللہ آپ کو کامیابی ہی کامیابی ہوگی۔

پیسے کمانے کے لیے سب سے لازمی جو چیز ہے اس کا کم لوگوں کو علم ہے اور اس کا علم نہ

ہونے کی وجہ سے ہماری بنیاد ہی مضبوط نہیں ہوتی وہ یہ کہ آپ کو خود پر یہ اعتماد ہونا چاہئے کہ میں اتنا پیسہ کمانے کا اہل ہوں. مثلاً اب پاکستان میں اچھی زندگی گزارنے کے لیے کم از کم 20,000 روپے مہینے کی ضرورت ہے، جب کہ لاہور ڈیفنس وغیرہ میں رہنے کے لیے اتنے ہی کرائے کی ضرورت ہے. یہ رقم آپ کی ضرورت کے مطابق دس ہزار روپے مہینہ سے لے کر دس لاکھ روپے مہینہ تک کچھ بھی ہو سکتی ہے. اگر آپ خود کو اس قابل نہیں سمجھتے تو دوسرے لفظوں میں آپ اس سے دب (متاثر یا امپریس ہو) چکے ہیں، تو آپ اسے کمانے میں کبھی کامیاب نہ ہوں گے. جب کسی کو اعتماد نہیں ہے کہ وہ اتنے پیسے کما سکتا ہے تو وہ کبھی کسی مطلوبہ کاروبار کو کامیابی سے نہیں کر سکتا. میرے کہنے کا مطلب یہ ہے کہ وہ شخص خود کو اندرونی طور پر اس قابل ہی نہیں سمجھتا کہ وہ اتنے پیسے ہر ماہ کما سکتا ہے. اس شخص نے روپے پیسے کے معاملے میں اپنے دماغ کی پروگرامنگ میں خانہ (شیل) چھوٹا بنایا ہوتا ہے. یہ وہ اہم نکتہ ہے جس پر سب سے زیادہ توجہ دینے کی ضرورت ہے.

ہم لوگ ہر چیز کو الٹی طرف سے پکڑنے کے عادی ہیں، ہم یہ نہیں دیکھتے کہ ہم خود کو اس مطلوبہ رقم کمانے کے قابل مانتے بھی ہیں یا نہیں. بلکہ ہم اس فکر میں ہوتے ہیں کہ ہم اتنا پیسہ کہاں سے کما سکتے ہیں، کونسا ایسا کاروبار ہے جس میں اتنا پیسہ کمایا جا سکتا ہے. پہلے آپ اپنے آپ کو اپنے مطلوبہ ہدف یا لامحدود رقم کمانے کے قابل سمجھیں، پھر بعد میں یہ ڈھونڈ لیں گے کہ اتنا پیسہ آپ کہاں سے کما سکتے ہیں. اگر آپ کو یہ یقین ہے کہ آپ اتنا کمانے کے قابل ہیں تو پھر کئی مطلوبہ کاروبار خود بخود سامنے آ جائیں گے. اگر آپ کو یہ یقین نہیں ہے تو پھر آپ کو کوئی ایسا کاروبار نہیں ملے گا جس میں آپ کا ہدف پورا ہوتا ہو. یہ ایک عجیب بات ہے لیکن حقیقت یہی ہے. اگر آپ کے پاس یہ یقین نہیں ہے تو پھر کبھی آپ کو صحیح معلومات و رہنمائی نہیں ملے گی. آپ کو عموماً غلط ہی رہنما ملیں گے. جو بظاہر اچھے لوگ کیوں نہ ہوں لیکن آپ ان کے لیے بیوقوف ثابت ہوں گے، آپ کا وقت اور پیسہ دونوں کا نقصان ہو گا. اور اگر آپ کا یہ یقین مکمل ہے تو پھر آپ کے پاس کئی موقع پر خود ہی چل کر آ جائیں گے. آپ کے یقین کا شیش ناگ روپے کے بے شمار مینڈکوں کو اپنی طرف کھینچ کر لے آئے گا (شیش ناگ کی مثال یقین کامل Faith کے باب میں دیکھیں) ہمارے ذہن میں پیسہ کمانے کے بارے میں یقین نہ ہونے کی وجہ سے عجیب و غریب خیالات بیٹھے ہوئے ہیں. مثلاً کہ پاکستان میں پیسہ صرف حرام طریقوں

سے کمایا جا سکتا ہے، اس کے لیے ملک کے مالی حالات صحیح نہیں، روپیہ گرتا جا رہا ہے، ہر کوئی کاروبار کرنا چاہتا ہے، اس لیے مسابقت Competition بہت ہے، وغیرہ وغیرہ. یہ سب باتیں کسی نہ کسی حد تک صحیح ہیں، لیکن مت بھولیں کہ جو چیز بھی انسان کے دل میں بیٹھ جائے وہ وہی ہر طرف دیکھتا ہے. مگر حقیقت یہ ہے کہ دنیا کے ہر خطے میں لوگ پیسہ کما لیتے ہیں، پاکستان میں بھی حلال کمائی کے کافی مواقع ہیں. یہ صرف خود کو دھوکا دینے کا بہانہ ہے کہ پاکستان میں حلال پیسہ کمانا بہت مشکل ہے.

گو کہ پیسہ کمانے کا اگلا نکتہ یہ ہے کہ پیسہ جہاں زیادہ ہے وہاں آسانی سے اور زیادہ کمایا جا سکے گا. آپ چکوال سے زیادہ پیسہ لاہور میں کمائیں گے اور لاہور سے زیادہ کراچی میں. کراچی سے زیادہ دبئی میں اور دبئی سے زیادہ جرمنی یا انگلینڈ میں. کیونکہ جہاں پر یہ زیادہ ہے وہاں ہی کمایا جا سکتا ہے، اگر آپ کسی چھوٹے قصبے یا شہر میں ہیں تو آپ صرف محدود پیمانے پر ہی کاروبار کر سکتے ہیں اور محدود ہی پیسے کمائیں گے. اسی طرح آپ کا کاروبار یا دفتر شہر کی مصروف ترین جگہ پر ہی یا اس کے آس پاس ہونا چاہئے. پھر آپ امیر لوگوں اور طبقے میں اٹھ بیٹھ کر ان کی صحبت سے زیادہ سیکھ سکتے ہیں، آپ کا اعتماد بھی بڑھ جائے گا. امیر لوگوں کو عموماً دوسروں سے زیادہ اور جدید معلومات ہوتی ہیں، ان کے پاس رہ کر آپ کو بھی یہ معلومات اور نئے طریقے ملتے رہیں گے. چھوٹا سوچنے والے ساری عمر چھوٹے چکروں میں پڑے رہتے ہیں، سوچ کر بڑا کریں.

کاروبار میں صحیح تعلقات ہونے بہت اہم ہوتے ہیں، یہ چیز کاروبار کے لیے پاس موجود پیسے سے زیادہ اہم ہوتی ہے. ہر اچھے کاروباری کو چاہئے کہ وہ اہم جگہ پر موجود لوگوں اور افسروں سے تعلقات صحیح رکھے جس کا ایک عام طریقہ ملنا ملانا، دعوتیں کرنا اور تحفے تحائف بھجوانا ہوتا ہے. ایسے لوگوں سے تعلقات بڑے فائدے مند ہوتے ہیں، خصوصاً کسی بھی نئے فائدے مند کام کی پیشگی اطلاع ملنا (جو کہ ایسے لوگوں کو پہلے ہی معلوم ہو جاتا ہے) بہت اچھا ثابت ہوتا ہے.

جو لوگ سرمایہ نہ ہونے کی وجہ سے کاروبار نہیں کر سکتے انہیں چاہئے کہ کسی بڑے پیسے والی جگہ (جیسے ایئرپورٹ، شپ یارڈ، روئی کی منڈی، سٹاک ایکسچینج وغیرہ) میں تھوڑے پیسوں پر ہی نوکری کر لیں. ایسی جگہوں پر تھوڑے پیسوں والا کام دوسری فضول جگہ پر زیادہ پیسوں والی آفیسری سے بھی اچھا ثابت ہوتا ہے، گو اس میں تھوڑا صبر ضرورت ہوتا ہے. ان جگہوں پر امیر

اور بڑے طبقے کے لوگ آتے جاتے رہتے ہیں، یہ لوگ ذہین محنتی اور ایماندار لوگوں کو بڑی جلدی پہچان لیا کرتے ہیں۔

ساری دنیا میں کاروباری یہی کہتے ہیں کہ پہلا ملین بنانا ہی مشکل ہوتا ہے، پھر پیسہ خود ہی آتا چلا جاتا ہے۔ ہمارے ملک میں روپے کی کم طاقت کی وجہ سے آپ یہی کہہ سکتے ہیں کہ آپ سب اخراجات کو نکال کر فالتو پہلا ملین ہی مشکل ہوتا ہے۔ کیونکہ پھر سمجھ بوجھ والا انسان اس پیسے کو صحیح جگہ پر لگا کر فالتو آمدنی پیدا کر لیتا ہے اور پھر کچھ عرصے کے بعد فالتو آمدنی بھی مزید انوسٹمنٹ کے قابل ہو جاتی ہے۔ کاروبار میں صرف وہی امیر ہو پاتا ہے۔ جس کی فالتو آمدنی ہو اور صحیح جگہ پر لگتی چلی جائے۔ ایک محاورا ہے "پڑھا ہوا اور گڑھا ہوا" پڑھا ہوا ہم اس شخص کو لیتے ہیں جس کے پاس کسی علم کا کالج یا یونیورسٹی کا ڈپلومہ موجود ہوتا ہے، چاہے اسے اس کام کا عملی تجربہ بالکل نہ ہو اور گڑھا ہوا وہ شخص ہوتا ہے۔ جس کے پاس کوئی خاص سکول کی تعلیم یا ڈپلومہ نہیں ہوتا مگر وہ اپنے کام میں ماہر ہوتا ہے، وہ اپنے کام کی سب اونچ نیچ جانتا ہے۔ اس کے پاس ہر قسم کی ضروری معلومات اپنے کام کے متعلق ہوتی ہیں۔ وہ بڑا عرصہ اپنے کام میں صرف کر چکا ہوتا ہے۔ ہوتا عموماً معمولی لکھا پڑھا ہے مگر اپنے کام کا ماہر ہوتا ہے اور اپنے کام و کاروبار میں خاصا کامیاب۔

اب بات یہ ہے کہ صرف پڑھا ہوا ہی کافی نہیں ہوتا، اگر وہ ساتھ گڑھ بھی جائے تو پھر کیا ہی بات ہے۔

پڑھے اور گڑھے سے ایک بات یاد آئی۔ امریکہ میں ہنری فورڈ کو جینیس مانا گیا ہے، امریکہ میں معاشیات کو جدید اور کامیاب بنیادوں پر کھڑا کرنے والا یہی شخص تھا۔ ایک دفعہ وہ ریڈیو پروگرام پر مدعو تھا، ٹی وی سٹیشن اس وقت شروع نہیں ہوئے تھے۔ اس ریڈیو پروگرام میں اس سے معلومات عامہ General Knowledge کے دس عدد سوال پوچھے گئے وہ سوال اتنے آسان تھے کہ کوئی بھی عام عقل والا امریکن اس میں سے سات کے جواب دے لیتا۔ ہنری فورڈ ان دس میں سے صرف تین سوالوں کے جواب دے سکا۔ سوالات کرنے والے بڑے حیران ہوئے۔ وہ کہنے لگے "تمہیں امریکہ میں جینیس مانا گیا ہے، تم نے صرف تین سوالوں کے جواب دیئے ہیں" ہنری فورڈ نے انہیں جواب دیا "یہ جو سوال تم نے کئے ہیں، اگر صرف دس ڈالر کی معلومات عامہ کی کتاب خریدی جائے تو اس میں سے ان سب سوالوں کے جواب میں مل جائیں۔ میرے ساتھ میرے کام سے متعلقہ سوال کرو، میں ہر جواب دوں گا۔" ہنری فورڈ کی یہ

بات بالکل صحیح تھی کہ انسان کو اپنی لائن کا ماہر ہونا چاہئے، باقی ہر چیز کے متعلق گہری معلومات تو ہر کوئی رکھنے سے رہا۔ ہنری فورڈ کا دوسرا واقعہ کسی دوست نے مجھے سنایا۔ ہنری فورڈ کو ایک دفعہ عدالت میں جانا پڑا، اس نے وہاں کچھ گواہی دینی تھی۔ دوسری طرف ایک ڈپلومہ یافتہ انجینئر تھا، ہنری فورڈ الیکٹرانکس کے متعلق کچھ تکنیکی بات کرنے لگا مخالف انجینئر نے کہا کہ اس کے پاس کوئی یونیورسٹی کی ڈگری نہیں ہے، اس کی بات کیسے مانی جاسکتی ہے۔ عدالت نے انجینئر کی بات پر دھیان دیا۔ تو ہنری فورڈ بولا کہ اگر ایک آدمی کے پاس یونیورسٹی کی ڈگری نہ ہو اور پھر بھی وہ متعلقہ لائن یعنی الیکٹرانکس میں ہر چیز سے واقف ہو تو اس کو آپ کیا کہیں گے۔ عدالت کے پاس اس بات کا کوئی واضح جواب نہ تھا۔

ہنری فورڈ نے مخالف انجینئر سے کہا کہ تم انجینئرنگ کے شعبے کے دو بڑے پروفیسروں کو لے آؤ۔ وہ مجھ سے سوال کر کے دیکھیں، میں ان کا جواب دوں گا۔ یہ بات طے ہو گئی، مقررہ دن یونیورسٹی کے دو پروفیسر آ گئے جو الیکٹرانکس کے شعبے سے وابستہ تھے۔ کارروائی شروع ہونے سے پہلے فورڈ نے کہا کہ میں نے ان کے سوالوں کا جواب دے دیا تو اسکا مطلب یہ ہوا کہ اس لائن کا ماہر ہوں، مجھے اس کا علم ہے۔ اگر یہ بات ہے تو پھر مجھے اس لائن کا ڈپلومہ ملنا چاہئے۔ پروفیسر نے اس کی بات مان لی۔ اب انہوں نے الیکٹرانکس سے متعلق پانچ سوال کئے۔ ہنری فورڈ نے پانچوں سوالوں کے مکمل اور تسلی بخش جواب دے دیئے۔ اب پروفیسر کے پاس مزید کوئی سوال نہیں تھا۔

ہنری فورڈ بولا کہ کیا اجازت ہے کہ میں ان پروفیسر صاحبان پر دو سوال الیکٹرونکس سے متعلق کر سکتا ہوں، مجھے بڑی خوشی ہوگی اگر یہ ان کا جواب دے دیں۔ عدالت کی اجازت پر ہنری فورڈ نے پروفیسر سے دو سوال کئے۔ پروفیسران میں سے کسی ایک کا جواب بھی نہ دے سکے۔

اب ہنری فورڈ کے ان واقعات سے دو سبق ملتے ہیں۔ پہلے واقعے میں یہ کہ انسان کو اپنی لائن کا ہی ماہر ہونا چاہئے۔ بہت سی چیزوں میں مہارت کی کوشش کرنے والے کسی ایک لائین میں زیادہ آگے نہیں جاسکتے۔ دوسرا سبق وہی ہے جو کہ اس واقع سے پہلے موضوع تھا، پڑھا ہوا اور گڑھا ہوا۔

ہنری فورڈ ڈپلومہ نہ ہونے کے باوجود بھی گڑھا ہوا تھا۔ جیسے پاکستان میں بھی کئی لوگ ان پڑھ تو ہوتے ہیں مگر جاہل نہیں۔ پاکستان میں کاروبار میں گڑھے ہوئے لوگ کراچی کی میمن

برادری میں اور چنیوٹ کے شیخوں میں عام ملتے ہیں. جب آدمی ایک ہی چیز یا کاروبار کے پیچھے پڑ جاتا ہے تو پھر آہستہ آہستہ اس کو اس کی سب اونچ نیچ کا علم ہو جاتا ہے. اس کاروبار کا عملی تجربہ ہونے کی وجہ سے اسکا یقین بہت زیادہ ہو جاتا ہے، پھر کاروبار میں اس کو مات ہونے کے امکانات بہت کم ہوتے ہیں.

ویسے کسی اچھے مستقبل والے کام سے چمٹے رہنے میں آپ کی کامیابی تقریباً یقینی ہو جاتی ہے. آدمی کسی ایک چیز یا علم میں گڑھ سکتا ہے اگر وہ سب کچھ چھوڑ کر اسی چیز کے پیچھے پڑ جائے جو کہ یہاں موضوع کے حساب سے پیسہ و کاروبار ہے. باقی سب کاموں کو ان کے مقابلے میں اہمیت نہ دے. پھر وہ اسی چیز کے بارے میں سوچتا رہے گا. اس کے متعلق ہر قسم کی معلومات اکٹھی کرے گا. اس شعبے میں متعلقہ ہر آدمی سے اس کی واقفیت ہوگی، پھر اس کے لیے اس کام میں کامیابی ہی کامیابی ہے. شروع کاروبار میں اسے دوسری دلچسپیوں اور شغلوں کو پیچھے ڈال کر اپنے کاروبار کو ہی وقت دینا پڑے گا، جو یہ نہیں کرتا اس کی ترقی کے کم ہی امکانات رہ جاتے ہیں.

شروع شروع کاروبار میں ہر انسان کو یہ کسی نہ کسی حد تک ضرور کرنا چاہیے. گو ہمیشہ ایسا کرنے والے انسان کی باقی زندگی بڑی خشک اور یکسانیت کا شکار ہو کر رہ جاتی ہے. بہتر ہے اس کو صرف شروع کاروبار کی حد تک ہی رکھا جائے، کامیابی کے بعد چھوڑ دیا جائے.

1991ء کا واقعہ ہے، میں ہالینڈ سے پاکستان واپس جا کر سیٹ ہونے کے پروگرام میں تھا اس وقت ملک میں Spinning Mills (دھاگے کی ملوں) کے کاروبار کا بڑا شور تھا، ہمارے چکوال میں بھی پانچ چھ سپننگ ملیں لگ چکی تھیں ہماری فیملی بھی اس فکر میں تھی کہ کہیں سے پیسہ ملے تو ایک عدد مل لگائی جائے. اس وقت میں نے مختلف کاروباری لوگوں سے اس سلسلے میں معلومات اکٹھی کیں. اس سلسلے میں دو نام خصوصاً قابل ذکر ہیں. ان میں سے پہلے دوست کا نام میجر زبیر ہے جو کہ اس وقت فوج چھوڑ کر پائپوں کی انڈسٹری لگانے میں مصروف تھا، دوسرے دوست کا نام آپ چودھری سمجھ لیں.

میجر زبیر بہت محنتی اور عملی قسم کا آدمی ہے. اس سے مجھے مشورہ ملا کہ جو کام تم کرنا چاہتے ہو، اس کا ایک سرے سے دوسرے سرے تک سب جائزہ لو. مثلاً تم سپننگ مل لگانا چاہتے ہو تو پہلے جا کر دیکھ کہ کپاس کہاں سے آتی ہے، کہاں آ کر بکتی ہے، مل والے آڑھتیوں سے کیسے خریدتے ہیں، پھر مل میں جا کر دیکھو کہ اس میں سے بیوے (بیج) کیسے علیحدہ ہوتے ہیں، پھر روئی سے

دھاگے کیسے بنتا ہے، پھر دیکھو کہ یہ دھاگا کہاں بھیجا جاتا ہے، یہ عموماً لائل پور یا کراچی بھیجا جاتا ہے. پھر اگر کراچی شپ یارڈ کے اندر نہ جا سکو تو باہر سے دیکھ کر لو کہ یہ شپ یارڈ میں پہنچ گیا ہے. اس میں جہاں تک ہو سکے کچھ کام ہاتھ سے کر کے دیکھو. جیسے کپاس والے آڑھتی سے کپاس کی قیمت پوچھو، ایک آدھ کلو کپاس خرید بھی لو. سپننگ مل خاصا بڑا کام ہے، اس کام کی زنجیر کے سب کنڈے دیکھو کہ کہاں سے بات چلتی ہے اور کہاں پر ختم ہوتی ہے. یہ سب دیکھنا کوئی مشکل کام نہیں ہے، جب یہ سب دیکھ لو گے تو پھر تمہارا کام بہت آسان ہو جائے گا.

میجر زبیر کی بات بڑی عملی اور معقول تھی. کیونکہ جب انسان متعلقہ کام کی ہر چیز خود دیکھ لیتا ہے اور ہاتھ سے عملی تجربہ بھی کر لیتا تھا تو پھر وہ اس میں ناکام نہیں ہوتا چند دن کے بعد ہی اپنے بچپن کے دوست چودھری سے اسی موضوع پر بہت گہری بات چیت ہوئی. اس وقت پاکستان میں جاپانی Toyoda Spining Mills لگانے کی لاگت 28 کروڑ روپے تک پہنچ چکی تھی. میری چوہدری سے پہلے بھی کئی بار اس مسئلے پر بات چیت ہو چکی تھی اس کو سپننگ ملوں وغیرہ کا کافی تجربہ تھا. جب اس نے دیکھا کہ میں اس کام میں سیریس ہوں تو اس نے مجھے بتایا کہ اس وقت 28 کروڑ کی ایک مل لگانے کے لیے نقد صرف ڈیڑھ کروڑ روپیہ ضرورت ہے.

میں نے تفصیل پوچھی تو وہ کہنے لگا کہ تم نے غالباً دس ایکڑ زمین لینی ہے جو کہ زرعی علاقے میں عموماً دو لاکھ روپے فی ایکڑ آسانی سے مل جاتی ہے پھر اس کی قیمت بینک والوں کو چار گنا لکھوانی ہے پھر تم نے وہاں Construction کرانی ہے مل کی بلڈنگ بنانی شروع کرنی ہے اس میں بھی جتنا پیسہ صرف ہوتا ہے وہ تین چار گنا کر کے بتانا ہے پھر بینک سے اسی طرح مشینری لینی ہے اور پیسے لینے ہیں اس طرح Kick Back کے پیسے اکٹھے کرتے ہیں وغیرہ وغیرہ. غرضیکہ چوہدری نے وہاں بیٹھے بیٹھے ہی سپننگ مل ڈیڑھ کروڑ روپے میں بنا کر دکھا دی. میں نے اس سے زبیر کی بات کا ذکر کیا. تو چوہدری ہنسنے لگ پڑا کہنے لگا کہ مل کس نے چلانی ہے اس چکر میں مت پڑو بینک سے قرضہ لو اور موج کرو کوٹھی گاڑیاں وغیرہ خریدو، مل بعد میں بنتی چلتی رہے گی. اگر چین کنڈے کے چکر میں ہی رہے تو ویسے ہی سارے بال سفید کر لو گے. اس لیے پیارے بھائی قرضہ لو اور موج کرو. چوہدری کی بات بھی بڑے کام کی تھی.

اس کے بعد مجھے پتہ چلا کہ چوہدری کئی ایک انڈسٹریوں کے پیسے اسی طرح بینک سے قرضے لے کر ہڑپ کر چکا ہے. ایسے ہی کافی سارے اور چوہدری، خواجے اور سیٹھ پاکستان کی

جڑوں میں بیٹھے ہوئے ہیں اور پاکستان کے کافی سارے سرکاری بینک کھوکھلے ہو چکے ہیں.

اب 1999ء میں جب دیکھتا ہوں تو میرا دوست میجر زبیر اپنی پائپ مل کو دوگنا بڑھا چکا ہے اور بڑی کامیابی سے چلا رہا ہے اس کا شمار کروڑ پتیوں میں ہوتا ہے اور میرا دوست چوہدری 1995ء تک ہیرا پھیریوں پر گزارا کر رہا تھا جو کام وہ ہاتھ سے کر چکا تھا اور جس کا اس کو تجربہ ہو چکا تھا وہ اس ہی کام کو کامیابی کے ساتھ کر رہا تھا یعنی مزید بینکوں سے قرضے لینا 95ء کے بعد اس کی خبر نہ ملی. صرف دونوں دوستوں کے کیسوں میں حلال وحرام کا قانون کچھ وقت کے بعد فیصلے لکھ دے گا. میں نہ چوہدری کے طریقے پر عمل کر سکا کہ ملک سے ظلم کرنے کا ارادہ نہیں تھا اور نہ ہی میجر زبیر کے کہنے پر کیونکہ اس وقت ہمارے پاس مطلوبہ پیسہ ہی نہ ہو سکا. چوہدری کے کہنے میں تو ڈیڑھ کروڑ تھا، لیکن میری کامن سینس اس کو تین یا چار کروڑ کا بتاتی تھی. میں لاہور سٹاک ایکسچینج میں اپنا دفتر چلانے لگ پڑا.

اب میں دیکھتا ہوں تو انڈونیشیا، کوریا اور ملائیشیا میں بھی بہت سے چوہدری نظر آرہے ہیں. (وہ بھی سب بینکوں سے غلط قرضے لے کر ہڑپ کر چکے ہیں اور یہ سب ملک جو ایشین ٹائیگرز کہلاتے تھے دیوالیہ ہو چکے ہیں اور دھاڑنے کے بجائے میاؤں میاؤں کر رہے ہیں)

میجر زبیر نے غالباً نہ تو Pschology کی کتابیں پڑھی تھیں اور نہ بزنس کے اصول کتابوں میں پڑھے تھے. لیکن حقیقت یہی ہے کہ جب آپ کے لاشعور کو سب معلومات مل جاتی ہیں آپ کے کام سے متعلق اور آپ سب کام اپنے ہاتھ سے (چاہے تھوڑا سا ہی سہی) کر کے دیکھ لیتے ہیں تو آپ کا اعتماد مضبوط ہونا شروع ہو جاتا ہے، پھر باقی کام آپ کا لاشعور شروع کر دیتا ہے. کیونکہ اس میں یقین بیٹھ چکا ہوتا ہے. اسی یقین کا لاشعور میں بیٹھ جانا ہی آپ کی کامیابی کی بنیاد ہے. یہی یقین پھر آپ کو لاشعوری طور پر ہر قسم کی غلطیوں سے بچاتا رہتا ہے.

شروع میں کوئی بھی کام کرتے وقت ہر کوئی یہ ہی سوچتا ہے کہ یہ فائدہ مند ہے. کیونکہ اگر کوئی یہ سوچ کر یہ کام شروع کرے کہ اس میں نقصان ہی ہوگا تو پھر اس سے بڑا بیوقوف ہی کوئی نہیں ہے. عموماً ہر انسان کے سامنے کاروبار میں مختلف چوائس ہوتی ہیں کہ وہ یہ کام کرے یا دوسرے کاروبار کو چن لے. عام طور پر دو مختلف کام ہوتے ہیں اور دونوں ایک برابر فائدے مند نظر آتے ہیں. انسان ان میں سے ایک کو ہی چن سکتا ہے. اب مثلاً ایک کام کو چنا گیا. کوئی بھی کام شروع کرنے کے دو تین سال بعد ہی کوئی واضح نتیجہ سامنے آیا کرتا ہے. اب جس آدمی کا

پیسے کے بارے میں یقین زیادہ بڑھا ہوا ہوتا ہے وہ لاشعوری طور پر مستقبل میں زیادہ بڑھا ہوا ہوتا ہے وہ لاشعوری طور پر مستقبل میں زیادہ فائدہ دینے والا کام چن لیتا ہے. کم یقین اور ڈرنے والا لاشعوری طور پر غلط کام میں ہاتھ ڈال لیتا ہے، اور پھر سال یا دو کے بعد اسے پتہ چلتا ہے کہ اس نے غلط کام چن لیا ہے. مغرب میں سائنس دانوں نے بھی تجربات میں دیکھا ہے کہ بہت سے خوش قسمت لوگ لاشعوری طور پر فائدے والے کام اور چیزیں چن لیتے ہیں.

لاشعور کو ہر چیز کا علم ہوتا ہے. یہ خود کبھی غلطی نہیں کرتا، صرف ہم اسے غلط معلومات دے کر اس سے غلطی کروا لیتے ہیں. یہ ہمیں بتاتا رہتا ہے، صحیح راستے کی نشاندہی مختلف طریقوں سے کرتا رہتا ہے، لیکن اس کی آواز سننے والے ہم میں بہت کم ہوتے ہیں. گو اس آواز کو سنے بغیر بھی آپ یقین کامل کو استعمال کر کے خود بخود صحیح راستہ چن سکتے ہیں. ہمیں عام زندگی میں جو بھی کام بظاہر صحیح نظر آتا ہے کرنے کی کوشش کرتے ہیں. اس کا نتیجہ ہمیں شروع میں معلوم نہیں ہوتا اور ہر غلط کام جس میں نقصان ہو سکتا ہے، اس سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں.

اہم سبق یہ ہے کہ بے یقینی سے (بغیر اعتماد کے) کام شروع کرنے سے بہتر ہے کہ یہ کام بالکل نہ کیا جائے. کوئی بھی کام شروع کرتے وقت آپ کو اس میں کامیابی کا یقین ہونا چاہئے، اگر یقین ہے تو پھر انسان کو اس میں ضروری انرجی، صحیح مشورے، نئے نئے راستے، اچھے ملازم، سب کچھ مل جائے گا. اور ایک اصول یہ بھی ہے کہ آپ نے اپنے لاشعور میں خود کو منزل پر بیٹھے دکھانا ہے، پھر کام زیادہ آسانی سے ہوگا.

اگر آپ کے پاس پیسے کم بھی ہیں، پھر بھی اگر آپ کا یقین مکمل ہے تو آپ کو بے شمار پیسے لگانے والے مل جائیں گے، صرف آپ کا لین دین اور ساکھ لوگوں میں صحیح ہونی چاہئے. اس کا طریقہ یہی ہے کہ اپنا لین دین صحیح اور وقت پر کریں. اگر کہیں کاروبار میں ہیں نقصان بھی ہو جاتا ہے تو تھوڑا ہاتھ تنگ کر کے بھی دوسروں کو پیسہ واپس دے دیں. مستقبل میں یہ چیز اور ایمانداری آپ کو بہت پھل دے گی.

تقریباً ہر آدمی کامیابی سے پہلے ایک آدھ دفعہ گرتا ہے. لیکن جو گر کر بھی میدان میں کھڑے ہیں اور اصولوں پر قائم رہتے ہیں وہی بعد میں کامیاب ہوتے ہیں. جو بھاگ جاتے ہیں ان کو دوبارہ موقع نہیں ملتا. جہاں تک ہو سکے کامیاب لوگوں میں اٹھیں بیٹھیں. کامیاب لوگوں میں بھی اچھے مثبت ذہن کے لوگ کافی ہوتے ہیں، ان سے ملنے جلنے سے آپ بھی ان

کے ہو جائیں گے. مشورے بھی ہمیشہ کامیاب لوگوں سے لیں ناکام لوگوں سے نہیں. ناکام ، ہارے ہوئے اور مایوس سوچ Passive attitude رکھنے والے لوگوں سے ہر حال میں بچیں. خصوصاً آخرالذکر سب سے خطرناک ہوتا ہے، اس کے ساتھ ایک گھنٹہ بیٹھنے کے بعد جب آپ اٹھیں گے تو پھر آپ کی ساری مثبت سوچ (Optimism) ختم ہو چکی ہوگی.

آپ پہلے ناکامی کا شکار رہے ہیں اور اب کامیابی کی سیڑھی چڑھ رہے ہیں تو پھر آپ کو ایسے لوگوں سے ہر حال میں بچنا ہوگا. بلکہ جب تک خود آپ کے حالات بالکل صحیح اور مضبوط نہیں ہو جاتے ، ایسے لوگوں کی مدد کا بھی نہ سوچیں ورنہ آپ کی ترقی تنزلی میں تبدیل ہونا شروع ہو جائے گی. اس کی مختلف وجوہات ہیں، بہرحال عقل مند کو اشارہ کافی ہے.

ہارے ہوئے سے مشورہ لیں مگر صرف نصیحت کیلئے. لوگوں میں اپنی کامیابیوں اور پیسے کا ذکر کم کیا کریں، جب آپ کے پاس پیسہ ہو جائے گا تو وہ خود ہی بول پڑے گا. پہلے بولنے سے لوگوں میں حسد پیدا ہوتا ہے اور کوئی آپ کو نظر بھی لگا سکتا ہے. میں کوئی وہمی نہیں ہوں لیکن یہ ایک حقیقت ہے. اس کے علاوہ کسی کو خواہ مخواہ جیلس کرنا بھی صحیح نہیں ہے. یہ یاد رکھیں کہ ایک صحیح فیصلہ آپ کو بے شمار کامیابی دے سکتا ہے اور ایک غلط فیصلہ بعض اوقات کروڑوں میں پڑتا ہے.

خواہ مخواہ کسی کی بددعا یا نظر سے بچیں. آ بیل مجھے مار والی بات نہ کریں. بیوقوف اور لوگوں سے جلنے والے مسلمانوں کی پاکستان میں کافی تعداد ہے. جب آپ اپنی بنیادیں مضبوط کر لیتے ہیں تو پھر اگر لوگوں کو آپ کے پیسے کا علم بھی ہو جائے تو خیر ہے، پھر خطرہ بھی نہیں رہتا. لیکن کسی کو حسد میں مبتلا کرنا بھی غلط بات ہے، یہ حسد کرنے سے زیادہ بڑی بے وقوفی ہے اور زیادہ نقصان دہ ثابت ہوتا ہے. یہ اپنے پاؤں پر کلہاڑی مارنے والی بات ہے، اس میں مالی نقصان بھی ہوتا ہے اور گناہ بھی.

پیسے کمانے میں کامیابی کے لیے سب سے پہلی چیز تو آپ کا یقین ہے. اگر یہ نہیں ہے تو آپ پہلے اس کو چھوٹے پیمانے سے کام شروع کر کے بنائیں، پھر قدم بہ قدم اس کو بڑا کرتے جائیں. بہتر ہے کہ کوئی بھی زیادہ رسک والا کام کرنے سے پہلے کوئی ایسی انوسٹمنٹ ہو چکی ہو جو کہ آپ کو یہ یقین دلاتی رہے کہ اگر میں ناکام ہو گیا تو پھر بھی میرے خرچے پانی (دال روٹی) کے لیے یہ موجود ہوگی. یہ ایسی انوسٹمنٹ عموماً پراپرٹی وغیرہ میں ہو سکتی ہے، کوئی کرائے پر چڑھنے والی دوکان یا کسی گھر کی صورت میں. یہ ایک ضروری پہلو ہے کیونکہ کاروبار میں عموماً ایسے موقع

آتے ہیں جب نقصان ہونے کا یا بینک کرپٹ ہونے کا خطرہ ہوتا ہے، اس وقت اگر آپ کے پیچھے خرچے پانی کی صورت موجود ہو تو آپ حوصلے میں رہتے ہیں. ورنہ اگر آپ کے ذہن میں ڈر آ گیا اور خصوصاً اگر ڈر غالب آ گیا تو آپ کی نقصان سے بچت بمشکل ہی ہوگی. ایسی انوسٹمنٹ کی موجودگی آپ کو ڈر کے غالب ہونے سے بچائے گی. آپ اس کی طرف دیکھ کر حوصلے میں رہیں گے.

کسی کاروبار وغیرہ میں اچانک پیسہ کمانے اور بڑی کامیابی حاصل ہونے کی صورت میں بھی لازمی ہے کہ آپ کوئی نہ کوئی ایسی مضبوط انوسٹمنٹ کر لیں. ورنہ ہمارے یہاں پرانی ضرب المثال ہے کہ ''پیسے کمانا آسان ہے، اس کو سنبھالنا مشکل ہے.'' یہ بھی کہتے ہیں کہ ''پیسہ شیرنی کا دودھ ہے، حاصل کرنا بھی مشکل ہے اور ہضم کرنا بھی مشکل.'' اس کی اصل وجہ یہی ہے کہ جلد پیسے کمانے والا پیسہ تو کما لیتا ہے، لیکن اس کی سب کی کامیابی ہوا میں ہوتی ہے. پھر ایک دن اسے یہ معلوم ہوتا ہے کہ نقصان ہو رہا ہے اور اس کے پیچھے کوئی ایسی چیز یا انوسٹمنٹ نہیں ہوتی جو اسے حوصلہ دے سکے. دراصل اس نے پیسہ تو کمایا ہوتا ہے مگر ابھی اس کا یقین پکا نہیں ہوا ہوتا. اس کی وجہ سے وہ ہوا میں ہی کھڑا ہوتا ہے، اس نے گرنا ہی ہوتا ہے.

عام اصول یہ ہی ہے کہ اگر آپ کے پاس کافی پیسہ موجود ہے مگر آپ اندرونی طور پر خود کو اتنے پیسے کے اہل نہیں سمجھتے تو پھر وہ پیسہ آپ کی ہی کسی نہ کسی غلطی کی وجہ سے آپ سے چلا جائے گا. مثبت سوچنے کا کہنے والے یہ کہتے ہیں کہ ناکامی کا سوچو ہی نہیں، صرف کامیابی ہی ذہن میں رکھو. مگر ہمارے ملک میں کوئی سوشل سیکورٹی کا نظام نہیں ہے، ہم مغربی ملکوں میں رہنے والوں کے ہر اصول پر اندھا عمل نہیں کر سکتے، ہمیں کم از کم اپنی دال روٹی کی ضمانت چاہئے (گو مکمل گارنٹی تو کسی چیز کی ہو ہی نہیں سکتی، خود زندگی کی ہی کوئی گارنٹی نہیں ہے. کچھ نہ کچھ رسک تو بہر حال لینا ہی پڑتا ہے)

اس کے علاوہ کچھ اور اصول مندرجہ ذیل ہیں. جوئے یا لاٹری قسم کی چیزوں سے امیر بننے کا مت سوچیں.

ایسی چیزیں کرنے والے 99 فیصد لوگ ناکام ہی رہتے ہیں، جبکہ جوا کرانے یا لاٹری کھلانے والے ہمیشہ ہی فائدے میں ہوتے ہیں. ہمارے اکثر لوگ انہی چکروں میں عمریں ضائع کر دیتے ہیں، یہ بیوقوفوں کا کام ہے. یہ ایسے ہی ہے جیسے سونا یا چاندی بنا لینے کا نسخہ

ڈھونڈنا. جس میں ہمارے بے شمار بزرگوں نے عمریں گنوائیں ہیں. پیسے کو پسند کرنا سیکھیں. اگر آپ اسے پسند کرنے کے بارے میں شک میں ہیں تو پھر آپ اسے کم ہی کما پائیں گے. اپنے کام کو اہم سمجھیں. آپ جو بھی کام یا کاروبار کر رہے ہیں، اگر آپ اس کو اہم نہیں سمجھتے تو پھر آپ کی ترقی کا راستہ بند ہو چکا ہے، آپ نے گرنا ہی گرنا ہے. اگر آپ اپنے کام کو اہم سمجھتے ہیں تو آپ کے پاس آنے والے گاہک بھی اس کو اہم سمجھیں گے. آپ کے ماتحت یا ملازم بھی اپنے کام کو اہم سمجھیں گے اور اہمیت دیں گے. اپنے کام کو جتنی اہمیت دیں گے اتنا ہی اس میں کامیابی کا امکان ہے. اگر آپ اپنے کام کو اہم نہیں سمجھتے تو آج سے ہی آپ کی ترقی کا پہیہ الٹا چل پڑا ہے. کسی بھی کاروبار میں صحیح معلومات کا مل جانا بہت اہم ہوتا ہے. جو یہ سمجھتا ہے کہ اسے صحیح معلومات با آسانی مل جاتی ہیں اسے صحیح معلومات واقعی مل جایا کرتی ہیں، سب کاروباریوں کا یہی اعتقاد ہونا چاہئے. اگر ہو سکے تو اپنے کام کو عبادت کا درجہ دیں. عام کام و کاروبار میں فضول تفصیلات میں پھنسنے سے گریز کریں. پہلے بڑی اور اہم چیزوں پر توجہ دینا صحیح ہوتا ہے.

پھر چھوٹی چیزوں کی طرف آئیں. کسی کام کا پروگرام بناتے وقت پہلے بڑی چیزوں پر توجہ دیں، چھوٹی موٹی چیزیں بعد میں وقت آنے پر دیکھی جاتی ہیں. چھوٹی چیزوں کی ہر کام و کاروبار میں کوئی حد نہیں ہوتی اور بعض اوقات انسان انہی کا سوچ کر ہی پھنسا رہتا ہے.

اپنے ماتحت کام کرنے والوں کو عزت دیں کاروبار یا کمپنی ٹیم ورک سے چلتی ہے، ماتحت یہ محسوس کریں کہ وہ اس ٹیم کا حصہ ہیں. ہر آدمی عزت اور تعریف کا بھوکا ہوتا ہے، ہر آدمی عزت چاہتا ہے. اپنے ملازموں کی محنت، ذہن یا اچھی صفات کی تعریف کیا کریں، وہ پھر حوصلے میں رہتے ہیں. غلطی وغیرہ کرنے پر اپنی ملازموں کو لوگوں کے سامنے پوچھ گچھ کرنے کے بجائے اکیلے میں بات چیت کریں. لوگوں کے بیچ میں بات ہونے سے ملازم اپنی بے عزتی محسوس کرتا ہے پھر ہو سکتا ہے وہ آپ کا مخالف ہو جائے یا کام میں دلچسپی لینا چھوڑ دے.

چھوٹے موٹے فیصلے جلد کرنے کی عادت ڈالیں، گو اہم فیصلوں کے سب پہلو دیکھ کر پھر اہم فیصلہ کریں. اکثر فیصلوں کا نتیجہ ہمارے ذہن سے زیادہ ہماری قسمت پر منحصر ہوتا ہے. اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آپ خود کو خوش قسمت مانتے ہیں تو آپ کے زیادہ تر فیصلے صحیح ثابت ہوں گے. آپ کا مقصد منزل اور پلان ہونا چاہئے یہ آپ کا مقصود حیات ہو تو بہتر ہے. کوئی آدمی بھی مقصد کے بغیر ترقی نہیں کر سکتا.

آپ کا مقصود واضح ہونا چاہیے. اگر آپ کو اپنی منزل معلوم ہے تو پھر آپ اس کی طرف چلتے چلے جائیں گے اور چاہے کچھوے کی چال سے ہی چلیں، ایک نہ ایک دن منزل پا لیں گے. ورنہ آپ ویسے ہی گھومتے رہیں گے اور ہو سکتا ہے کہ دس سال کے بعد آپ اسی موجودہ جگہ سے موجودہ حالت میں ہی گزر رہے ہوں. بہتر یہ ہے کہ آپ کا پلان ہونا چاہیے جو کہ تین حصوں میں ہو. پہلا کہ دس سال کے بعد میری مالی حیثیت اتنی ہونی چاہیے، دوسرا میری معاشرتی حیثیت کیا ہونی چاہیے. اس پلان کو لکھ کر رکھ لیں تاکہ یاد رہے. جب لاشعور کو منزل کا علم ہو جاتا ہے تو پھر یہ آپ کو خود ہی وہاں پہنچا دیتا ہے. اس لئے آپ کا پلان واضح ہونا چاہیے. آپ کا لاشعور ہمیشہ توازن (بیلنس) میں ہوتا ہے مگر آپ کا شعور ہر وقت بیلنس میں نہیں ہوتا جب تک یہ لاشعور کے ساتھ ترتیب (Tune) میں نہ ہو تو انسان لاشعور کے مکمل تعاون نہ ہونے کی وجہ سے گھبرایا ہوا، جھجھکنے والا، کنفیوزڈ اور فیصلہ نہ کر سکنے والا ہوتا ہے. اگر یہ دونوں ترتیب ترتیب (Tune) میں ہوں ہے کہ آپ کا کام آپ کا ضمیر کے خلاف نہ ہو. ویسے بھی ایسا کام انسان زیادہ عرصہ نہیں کر پاتا. اپنے آپ کو گاہکوں کی جگہ پر محسوس کریں کہ اگر آپ اس کی جگہ پر ہوں تو کیسا برتاؤ اور بات چیت، آپ کو متاثر کرے گی. اپنے آپ کو اپنی آنکھ کے بجائے گاہک کی آنکھ سے دیکھیں کہ آپ کا حلیہ، بات چیت دفتر یا دوکان کا ماحول کیا متاثر کن اور پسندیدہ ہے یا نہیں. آپ کا لباس اور حلیہ اپنے پیشے کے کامیاب لوگوں کی طرح ہونا چاہیے، زیادہ تر لوگ اسی سے متاثر ہوتے ہیں.

دوسروں کی آنکھ سے یا دوسروں کے جوتوں میں کھڑا ہو کر دیکھنے کو آپ زندگی کے ہر کام میں استعمال کر سکتے ہیں، یہ بے حد مفید ہے. مثلاً کسی کو تحفہ دیتے وقت یہ محسوس کریں کہ اگر آپ اس کی جگہ پر ہوں تو کیسا تحفہ پسند کریں گے. کسی ماتحت کو حکم دیتے وقت، ٹیلی فون کرتے وقت، میزبانی کے وقت، سب جگہ یہ طریقہ آپ کا مددگار رہے گا. اسی اصول کو آپ نے دوسری اہم جگہ پر استعمال کرنا ہے کہ ہر اہم کام کرتے وقت سوچیں کہ اگر آپ کی جگہ کوئی بہت اہمیت رکھنے والا خود اعتماد شخص ہو تو وہ اس کام کو کیسے کرے گا. آپ نے اپنے ہی کام یا لائن کے سب سے بہتر اور خود اعتماد کامیاب شخص کا تصور کرنا ہے کہ وہ شخص اگر آپ کی جگہ پر اس وقت موجود ہو تو اس کی بات چیت کیسی ہوگی، لہجہ کیا ہوگا، اور وہ کیا فیصلہ کرے گا.

اہم لوگوں کی طرح سوچیں، بات چیت کریں، حلیہ بھی اہم لوگوں کی طرح رکھیں. عام

لوگوں کو لکھی ہوئی چیز دکھائیں اور ویسے بھی کچھ اہم چیز سمجھانی یا بتانی ہو تو کاغذ پر لکھ کر سمجھائیں. ویسے بھی لکھی ہوئی چیز دماغ میں جلد بیٹھ جاتی ہے. اپنا پلان اور مقصد بھی اسی لیے لکھ کر رکھیں.

کوئی بھی رسک والا نیا کام کرتے وقت آپ کے پاس مطلوبہ رقم سے تھوڑا زیادہ محفوظ پیسہ ہونا چاہئے، یعنی بظاہر ضرورت سے کوئی پچیس فیصد زیادہ کیونکہ نیا آدمی اس میں کوئی بھی غلطی کر سکتا ہے اور اگر محفوظ پیسا پاس نہ ہو تو لگا ہوا پیسہ بھی ضائع ہو جاتا ہے. پھر فالتو پیسہ پیچھے ہو تو انسان دلیر رہتا ہے.

میرے اپنے تجربے میں بے شمار لوگوں نے (جن میں ایک میں خود بھی شامل ہوں) اسی وجہ سے کاروبار میں نقصان کیا کہ ان کے پاس فالتو پیسے نہیں تھے یا شروع میں ہی کم پیسے تھے. کوئی بھی نیا کام کرتے وقت اس کا ضرور خیال رکھیں. بہت سے کاموں میں وقت ہی پیسہ ہوتا ہے اور کم پیسوں والا ہر معاملے میں شروع سے ہی پیسے بچاتا بچاتا بہت دیر کر بیٹھتا ہے. چھوٹے کاروباری کی مثال بھی چھوٹے کسان کی طرح ہوتی ہے. چھوٹا کسان جب فصل اٹھا چکتا ہے تو اس پر پہلے سے ہی قرضہ سر پر کھڑا ہوتا ہے اور اسے فصل جلدی بیچ کر قرضہ اتارنا ہوتا ہے، پھر اس کی جو بھی آمدنی ہوتی ہے سب خرچ ہو جاتی ہے کوئی بچت نہیں ہوتی. وہ اگر دو سال صحیح لے بھی لیتا ہے تو تیسرے سال فصل خراب ہو جاتی ہے اور اس کی کمر ٹوٹ جاتی ہے.

صحیح فصل ہونے کے باوجود اسے بیچنے میں جلدی ہوتی ہے، اس لیے اس اکثر صحیح قیمت نہیں ملتی. جب کہ پیسے والا زمیندار اپنی فصل کو کولڈ سٹوریج وغیرہ میں محفوظ کر کے چند ماہ کے بعد مہنگا بیچ لیتا ہے. میرے کہنے کا مطلب یہ ہے کہ کم از کم آپ اتنا بڑا کاروبار ضرور شروع کریں جس میں کچھ بچت ضرور ہو سکے، تاکہ چھوٹے کسان والا حشر نہ ہو. وقت بہت اہم چیز ہے، کاروباری کو چاہئے کہ اسے صحیح استعمال کرنا سیکھے. اپنے فالتو وقت کو بھی ضائع کرنے کے بجائے کام کے لوگوں سے ملنے یا مزید پیسے کمانے میں استعمال کرے. آپ کی کچھ نہ کچھ بچت لازمی ہونی چاہئے اور شروع میں یہ بچت مزید آمدنی کا ذریعہ ہونی چاہئے، یعنی اسے امیر بننے کے لیے کام میں لگائیں. یہ بہت لازمی ہے، یہی کاروبار سے امیر بننے کا ذریعہ ہے.

یہ مت بھولیں کہ بچت اور کنجوسی میں فرق ہوتا ہے، بہت چھوٹا سوچنے والا ساری عمر چھوٹا ہی رہتا ہے. (قلندر کہہ رہا ہے "مغربی ملک میں رہنے والوں کو اگر کسی اچھے کام کی تلاش ہے تو وہ دیکھیں کہ اس ملک میں یہودی کس کام میں ہیں، وہ سب سے زیادہ منافع والا کام ہوتا ہے.

پھر دوسرے نمبر پر عموماً ہندوستانی بھی اچھے کام کیا کرتے ہیں. پاکستانیوں میں عموماً تجربہ نہ ہونے اور معلومات نہ ملنے کیوجہ سے بھیڑ چال (جو دوسرے نے کیا ہے وہی کرو) پائی جاتی ہے جو کہ اکثر زیادہ فائدہ مند نہیں ہوتی. اس لیے آپ اپنے لوگوں کے کرنے والے کام نہ ہی کریں تو بہتر رہتا ہے")

ماضی کی ناکامیوں کو ذہن پر مت بٹھائیں، بہت سے لوگ ایسی ہی باتوں کو پکڑ کر بیٹھے رہتے ہیں اور آگے نہیں بڑھتے. کبھی یہ نہ سوچیں کہ اگر یہ ہو جاتا تو میں بہت کامیاب ہوتا اور یہ نہ ہو سکا. ہم خود کو بہت سی چیزوں میں پیچھے کھینچتے رہتے ہیں. مثلاً بہت سے لوگ یہ سوچتے ہیں کہ میں ڈاکٹر بننا چاہتا تھا مگر کسی اور وجہ سے یا والدین نے نہ بننے دیا یا میرے پاس دماغ نہیں ہے، یا اگر میں نے پڑھائی کی تو میرے پاس تجربہ و تعلیم نہیں ہے، یہ سب باتیں فضول ہیں. یا پھر صرف اپنے مستقبل کی سیکورٹی کی چکر میں ہی پڑے رہتے ہیں کہ جیسے آج کل مسابقت Competition کاروبار میں بہت ہے، والدین نے نہ کرنے دیا یا میری اب فیملی اور بچے ہیں اس لئے رسک نہیں لے سکتا. یہ سب خود کو پیچھے رکھنے کے بہانے ہیں ہر آدمی کے ماضی میں کوئی نہ کوئی ناکامی ہوتی ہے مگر مضبوط ذہن والا آدمی اس کا کوئی منفی اثر نہیں لیتا بلکہ اس سے کچھ سیکھتا ہے جب کہ کمزور ذہن اسی کا رونا لیکر بیٹھا رہتا ہے، اسی بہانے کے ساتھ چمٹا رہتا ہے. ایسی چیزوں کے بارے میں سوچنے والا کبھی فائدے میں نہیں رہتا. امیر تیمور لنگڑا تھا، روز ویلٹ معذور تھا، رنجیت سنگھ کانا تھا، انہوں نے اس کا کوئی اثر نہ لیا.

حالات اور واقعات کبھی بھی پوری طرح صحیح نہیں ہوتے، جو ان کے پورے طرح صحیح ہونے کا انتظار کرتا رہتا ہے وہ کبھی بھی کچھ شروع نہیں کر سکتا. کامیاب لوگ ہر وقت دور اور ملک میں پیسے کماتے اور کامیاب رہتے ہیں. اپنے بنیادی اصولوں کے خلاف کوئی کام نہ شروع کریں، جیسے مذہبی خیال کے لوگ اگر حرام سمجھے والا کام شروع کریں تو وہ اس میں ترقی نہیں کر سکتے. پھر یہ بھی اہم ہے کہ اگر آپ صرف اپنے مستقبل کی سیکورٹی کا سوچتے رہتے ہیں تو پھر آپ کو صرف سیکورٹی ہی ملے گی، مزید کچھ زیادہ ملنے کی امید نہیں. کچھ نہ کچھ رسک انسان کو لینا ہی پڑتا ہے.

بہر حال یہ ایک پکا کاروبار کا اصول ہے کہ کوئی بھی کام شروع کرنے کے بعد ذہن میں کامیابی ہی رکھیں. ہر حال میں Optimistic رہیں آپ کامیاب ہوں گے، منفی سوچ والا اس

میں ناکام ہی رہتا ہے۔ اگر کسی آدمی میں ساری دنیا کی خوبیاں ہوں وہ سب سے زیادہ ذہین، پرسنالٹی والا، محنت کرنے والا، تیز طرار ہی کیوں نہ ہو۔ اگر اس میں Initiative لینے (کام شروع کرنے کی) عادت اور صلاحیت نہیں ہے تو وہ ساری عمر عموماً کچھ بھی نہیں کر سکتا۔ بے شمار ذہین اور قابل ترین لوگ اسی ایک کمزوری کی وجہ سے مار کھا جاتے ہیں۔ جب کہ کام میں ہاتھ ڈال دینے والا کم صلاحیتوں کے ساتھ بھی کامیاب ہو جاتا ہے، مزید راستے بعد میں خود ہی ملتے رہتے ہیں۔ کسی بھی کام کا فیصلہ کرتے ہی ابھی اور اسی وقت اس کا پہلا قدم اٹھا لیں، جو کہ کسی متعلقہ آدمی یا محکمے کو ملنا یا کچھ بھی ہو سکتا ہے۔ کام کو بعد پر ٹالنے والے کام کبھی شروع نہیں کرتے "کل کبھی نہیں آیا کرتا"۔ بے شمار لوگ اچھے منافع والے کام محض اسی وجہ سے چھوڑ جاتے ہیں کہ انہوں نے اس میں پہلا قدم نہیں اٹھایا ہوتا۔

کسی بھی کام میں پہلا قدم اٹھانے کا مطلب آدھا کام ہو جانا ہوتا ہے۔ کہ عموماً ایسا کام شروع نہ کرنے کی اندرونی وجہ ان کا پیسے سے متعلق کم یقین ہی ہوتا ہے۔ اپنے متعلقہ کاروبار میں ہر کام کو کم از کم ایک دفعہ خود اپنے ہاتھ سے کر کے دیکھیں ورنہ آپ کے ذہن میں کچھ نہ کچھ شبہہ رہے گا، جو کہ شعور اور لاشعور کے ایک لائن اور ڈسپلن سے کام کرنے میں رکاوٹ بن سکتا ہے۔ اپنے آپ سے روز پوچھیں کہ میں اس کام کو اور بہتر طریقے سے کیسے کر سکتا ہوں۔ "آج تک ہر کام کو کرنے کا زیادہ بہتر طریقہ موجود رہا ہے اور ہمیشہ موجود رہے گا"۔

جو بھی کاروبار آپ کر رہے ہیں، آپ نے تصور میں خود کو یہ بڑی کامیابی سے کرتے دیکھنا ہے، خود کو منزل پر بیٹھے دیکھنا ہے (تصورات Visualization) کے باب میں اس کی تفصیل اور طریقہ لکھا ہوا ہے)۔ ایک ماہ کے لئے ہر روز کم از کم آدھا گھنٹہ یا ایک گھنٹہ اکیلے خاموشی میں کاغذ اور پن لیکر بیٹھیں۔ جو کچھ بھی ذہن میں آئے لکھیں، اپنے کام کے بارے میں سوچیں، خود سے سوال کریں۔ چند دنوں کے بعد ہی اچھے نتیجے سامنے آنے لگ پڑیں گے۔ ایسے وقت میں اپنے کام کی صورتحال اور ترقی کا جائزہ لیں اور اس کا بھی کہ آپ کہاں کھڑے ہیں۔ اس وقت میں آپ اپنے کام یا کاروبار کے ساتھ ہی اپنی ذاتی زندگی کے بارے میں اہم فیصلہ بھی کیا کریں۔ ایسے طریقے سے کیا گیا فیصلہ بالکل صحیح اور واضح ہوتا ہے۔ یہ امریکہ میں نفسیات دانوں کے کئے ہوئے تجربوں سے ثابت ہوا۔ وہاں جب کچھ لوگوں کے ساتھ یہ تجربے کئے تھے تو ان لوگوں کی کارکردگی بہت بہتر ہوگئی، یہ بھی معلوم ہوا کہ ایسے وقت میں کئے گئے فیصلے 100 فیصد

درست تھے۔ "ایسا کرنے سے انسان کو ذہن پر چھائی دھند ختم ہو کر حقیقت سامنے آ جاتی ہے"

پھر اہم یہ نہیں کہ آپ اس وقت کہاں پر ہیں، بلکہ آپ کی کامیابی کا فیصلہ یہ بات کرتی ہے کہ آپ دس سال کے بعد کہاں پر پہنچنا چاہتے ہیں "بڑی چیز ذہن میں رکھنے والا ہی بڑی چیزیں کیا کرتا ہے"۔ چھوٹی چیزوں کا سوچنے والے چھوٹے ہی رہتے ہیں۔ ویسے بھی مثال ہے کہ ایک چھابڑی والے کا بیٹا یہ ہی خواب اکثر دیکھتا ہے کہ وہاں ہی اس کا کوئی کھوکھا ہو اور وہ سال ہا سال محنت کر کے اسے بنا لیتا ہے، جب کہ ایک دوسرا لڑکا سوچتا ہے کہ بڑی مارکیٹ یا لاہور میں اس کا پلازہ ہو اور وہ برسوں کام کر کے پورا پلازہ نہیں تو آدھا بنا لیتا ہے۔ دراصل وہ چھابڑی والے کا بیٹا کھوکھے کو ہی بڑا کام سمجھ کر اس سے دب (امپریس ہو) جاتا ہے۔

بڑی چیزوں سے امپریس نہ ہونے والے اور بڑی امنگ والے ہی بڑے کام کر پاتے ہیں۔ پھر اپنے آپ کو ذہین اور قابل سمجھیں، ہم لوگ ہمیشہ اپنے آپ کو انڈر اسٹیمیٹ Underestimate اور دوسروں کو اوور اسٹیمیٹ Overestimate کرتے رہتے ہیں۔ آپ اتنے ہی ذہین اور قابل ہیں جتنا کہ آپ خود کو سمجھتے ہیں جتنا آپ خود کو یقین کرتے ہیں کیونکہ سمجھنے اور یقین کرنے میں فرق ہوتا ہے اگر آپ خود کو ذہین سمجھتے ہیں تو آپ ذہین بن جائیں گے، اگر بے وقوف سمجھتے ہیں تو آپ بیوقوف ہوتے چلے جائیں گے۔

خود کو اچھا کاروباری مانیں تو اچھے کاروباری بن جائیں گے، ایسا نہیں مانیں تو ایسا نہیں بن سکیں گے۔

اسی طرح خود کو خوش قسمت سمجھیں، پھر آپ خوش قسمت ہوتے چلے جائیں گے۔ اس کے لئے یہ لازمی ہے کہ کبھی یہ نہ سوچیں کہ میں بدقسمت ہوں۔ اس چیز کو سمجھنے کے لئے یقین کامل اور دماغ کی پروگرامنگ کے باب کا ضرور مطالعہ کریں۔ اگر آپ کو اپنی کامیابی اور خوش قسمتی وغیرہ کا یقین آ گیا تو پھر خوش قسمتی آپ کا ساتھ کبھی نہیں چھوڑے گی۔ خوش قسمتی میں بعض اوقات ایک منٹ کا فرق ہی انسان کو کہاں سے کہاں لے جاتا ہے۔ کبھی بات چیت میں کسی سے نہ کہیں کہ میں بدقسمت ہوں یا فلاں کام کر ہی نہیں سکتا کسی بھی کام کو کرتے وقت اگر آپ کے ذہن میں یہ ہوا کہ آپ ناکام ہوں گے تو پھر آپ کی ناکامی کے امکانات بہت زیادہ ہیں۔

جس کے ساتھ بھی کوئی مالی معاملہ یا کاروبار کریں، اسے پسند کرنا سیکھیں، ورنہ آپ باتوں سے کسی کو بیوقوف نہیں بنا سکتے۔ آپ کی خاموشی، آپ کی نظریں، آپ کا کسی سے مصافحہ ہی کافی

کچھ بول رہا ہوتا ہے. کتے بھی اپنے پیار کرنے والے کو پہچان لیا کرتے ہیں. کسی بھی اہم کام کو کرنے سے پہلے ۱۰ منٹ بیٹھ کر اس کے بارے میں سوچیں کہ آپ اس میں کی بہتری کر سکتے ہیں. کام میں لکھت پڑھت کا بہت خیال رکھیں، اس کے بغیر کوئی شخص بھی کامیاب کاروباری نہیں بن سکتا. ایک ایک پیسے کا حساب ہونا چاہئے، پھر چاہے آپ اسے کسی طرح بھی خرچ کریں. صحیح لکھت پڑھت (حساب کتاب) کاروبار کی بنیاد ہے. اگر اپنے کام میں دلچسپی ختم ہو رہی ہے تو اپنے کام کو گہرا کھودیں اس میں گہرے چلے جائیں، پھر دلچسپی شروع ہو جائے گی. ورنہ اگر دلچسپی ختم ہو گئی تو اسے ختم کرنا ہی بہتر ہے. پھر نئے کام، نئی منزل کا شروع کرنا آپ کو بہت سے انرجی اور دلچسپی دے دے گا.

اپنے کام کے بارے میں جب بھی بات چیت ہو تو پرامید اور Optimistic لہجہ اور الفاظ استعمال کریں، نا امید لہجہ اور کمزور الفاظ آپ کو کبھی اوپر نہیں لے جائیں گے. کامیاب آدمی کا ٹیسٹ یہ نہیں کہ وہ پرابلم کے آنے سے پہلے ہی اس سے بچ جائے بلکہ اس کا ٹیسٹ یہ ہے کہ وہ اس مشکل کو کیسے حل کرتا ہے. اپنی مشکلات سے کبھی متاثر (Impress) نہ ہوں، ان سے دب جانا یا متاثر ہو جانا انہیں نا قابل حل بنا دیتا ہے. کسی کام کو بھی اپنی عقل قابلیت یا حوصلے سے بڑا مت سمجھیں پھر آپ اسے آسانی سے کرلیں گے یہ بڑا اہم نقطہ ہے.

دنیا میں کسی بھی چیز میں کامیابی کے لئے محنت، جدوجہد، قوت ارادی اور Enthusiasm کی ضرورت ہوتی ہے. یہ چیزیں رکھنے والا انسان کاروبار اور دوسرے ہر کام میں بھی کامیاب ہو جاتا ہے اور اگر ان کے ساتھ انسان کا یقین بھی شامل ہو گیا تو پھر آپ کو بڑی سے بڑی کامیابی حاصل کرنے سے کوئی نہیں روک سکتا. یقین رکھنے والے کو بھی شروع میں کچھ نہ کچھ محنت کرنی پڑتی ہے، پھر جوں جوں یقین کامل کا درجہ اوپر جاتا ہے محنت کم ہوتی چلی جاتی ہے. پھر ایک جگہ پہنچ کر کچھ کئے بغیر ہی، بغیر دعا کئے ہر چیز سامنے آتی جاتی ہے، مگر یہ Faith (یقین کامل) کا اونچا درجہ ہوتا ہے.

Hardwork
Effort
&
Determination
Will Power

عام زندگی میں مشکلات ان کا سامنے کئے بغیر ختم نہیں ہوتیں. ان سے بھاگنے یا منہ موڑنے والے کامیاب نہیں ہوا کرتے بلکہ ان کا سامنا کرنے والے، ان سے پنجہ لڑانے والے کامیاب ہوا کرتے ہیں.

یہ ایک عام اصول ہے کہ اگر آپ یہ سوچیں گے کہ آج آپ کا دن برا رہے گا تو پھر آپ کا

وہ دن برا رہے گا، چاہے آپ کاروباری طور پر برا دن سوچیں یا کسی اور مشغلے یا گھریلو زندگی میں. جس چیز کے بارے میں بھی آپ برا سوچیں گے، وہ دن اس کے بارے میں عموماً برا ہی ہوگا. اچھا سوچیں گے تو پھر اچھا ہی ہوگا، دل میں جو چیز بیٹھ جاتی ہے وہی ہوا کرتا ہے. صوفی دل میں بیٹھ جانے والی چیز کو یقین کہتے ہیں. جو چیز بھی اس میں بیٹھ جاتی ہے وہ زندہ رہتی ہے. آپ کی سب یادداشت اور واقعات، سب ایک زندہ چیز کی حیثیت سے دل میں موجود رہتے ہیں. ان کو باقاعدہ سوچ کی انرجی (توانائی) ملتی رہتی ہے اور دل میں بیٹھی ہوئی چیز زندہ رہتی اور بڑھتی رہتی ہے انسان دل میں بیٹھی ہوئی ایسی چیزوں کو دوسروں پر منعکس (Reflact) کرتا ہے. یہ چیز آپ جس سے بھی ملیں اس کے دل پر منعکس ہوتی ہے. اگر آپ کے ذہن میں کامیابی بیٹھی ہوئی ہے تو آپ کو دوسرے سے کامیابی ہی ملے گی اور ناکامی بیٹھی ہے تو پھر ناکامی ہی ملے گی.

روحانیت میں دل کو آئینہ خانہ کہتے ہیں. یہ ہر ایک کو چہرہ دکھاتا ہے، اس کا اصلی چہرہ. آپ جس کے پاس بھی جاتے ہیں آپ کے دل میں بیٹھی ہوئی کامیابی یا ناکامی اس پر منعکس ہوتی ہے، اور یہ حقیقت ہے کہ خوشی خوشی کو، غم غم کو، کامیابی کامیابی کو، ناکامی ناکامی کو اپنی طرف کھینچتی ہے. جو آپ کے دل میں بیٹھا ہوا ہے، وہ اسی چیز کو اپنی طرف کھینچے گا. آپ دل میں کامیابی لیکر کسی کے پاس گئے تو آپ کو کامیابی ہی ملے گی. اگر ناکامی لے کر گئے تو ناکامی ہی لے کر واپس آئیں گے.

ہر چیز کے ہر پہلو کی طرف دیکھنے کی عادت ڈالیں. لوگوں کے بارے میں بھی مثبت سوچ رکھیں. ایسا کرنے سے مثبت سوچ رکھنے والے لوگ ہی آپ کی طرف آئیں گے. اس کے علاوہ ایسا سوچنے سے دنیا ایک بہتر جگہ بن جاتی ہے. منفی سوچنے والوں کو ساری دنیا منفی لگتی ہے. عادت ڈالیں کہ لوگوں کو ان کے ناموں کے ساتھ بلایا کریں. اس کے ساتھ صاحب وغیرہ لگا دیا کریں کیونکہ ہر کوئی عزت چاہتا ہے. ہر ایک ورکر خود کو کمپنی کا حصہ سمجھے تو پھر وہ صحیح کام کرتا ہے. اس کے لئے اسے ریسپیکٹ بھی دینی پڑتی ہے.

یہ دھیان رکھیں کہ آپ کے گروپ کا جو بھی ورکر بولتے وقت خود کو ٹیم کا حصہ سمجھتے ہوئے ''ہم'' بولتا ہے، تو وہ خود کو اس کا حصہ سمجھتا ہے، ورنہ نہیں. اگر نہیں، تو کیوں نہیں اس پر غور کریں. ملازموں کے بارے میں مجھے ۱۹۹۴ء میں لاہور سٹاک ایکس چینج اپنے دفتر میں کام کرتے وقت کچھ دلچسپ تجربات ہوئے. میں نے یہ خصوصاً نوٹ کیا کہ کامیاب اور اچھی کمپنی والوں نے

اچھے چلنے والے اور خود اعتماد قسم کے ملازم رکھے ہوئے تھے۔ جب ان کے ساتھ اسی قسم کے دوسرے لوگوں نے جن کا کام صحیح نہیں تھا، ان کے ملازم کمزور شخصیت کے مالک اور زیادہ اچھے ورکر نہ تھے، حالانکہ تنخواہ دونوں دفتر والوں کی برابر ہوتی تھی۔

دراصل ہر کوئی اپنی قسم کے لوگوں کو اپنی طرف کھینچتا ہے، کامیاب لوگ کامیاب لوگوں کو اور ناکام ناکام لوگوں اور چور چوروں کو اپنی طرف کھینچتا ہے اور یہ ایک حقیقت ہے کہ بعض اوقات ایک اچھا ماتحت کمپنی کے لیے لکی ثابت ہوتا ہے جب کہ کچھ ماتحت بد قسمتی کا باعث بنتے ہیں۔ اسی طرح اگر بہت سے نقصان اٹھائے ہوئے لوگ اگر کسی مخصوص دفتر میں جمع ہونے لگ پڑتے تھے تو تھوڑے دنوں کے بعد اس دفتر کا بھی دیوالیہ ہو جاتا تھا۔ میری یہ بات کرنے کا مقصد آپ کو وہم میں ڈالنا نہیں، بلکہ حقیقت سے روشناس کرانا ہے۔ اگر آپ کا ذہن صاف ہے، یقین مضبوط ہے، دل میں شک نہیں ہے، تو پھر آپ کو ان چیزوں سے کوئی خاص فرق نہیں پڑے گا۔ ہم بہرحال مالک کی شخصیت ہی ہوتی ہے، پھر یہ بھی ہے کہ کسی وہم کو مان لینا اس کو آپ پر مزید طاقت دے دیتا ہے۔

اگر آپ خوش باش اور ریلیکس رہتے ہیں تو آپ کے آس پاس کے لوگ بھی ایسے ہی رہیں گے اور گاہک آپکے پاس آنا پسند کریں گے، نک چڑھے اور خشک آدمی سے کم لوگ ہی ملنا اور کام کرنا پسند کرتے ہیں۔ اس لیے لوگوں کو ہنس مکھ چہرے اور بھرپور مسکراہٹ کے ساتھ ملیں۔

سعدی شیرازی کا فرمان ہے ''کسی دوست یا عزیز کے سامنے بدنصیبی کی وجہ سے منہ بگاڑ کر مت جاؤ ورنہ اس کا جینا بھی تلخ ہو جائے گا، ضرورت میں بھی اگر جائے تو شگفتہ رو اور ہنستا ہوا جا کیونکہ ہنس مکھ آدمی کا کام نہیں رکتا''۔ نئے لوگوں سے ملتے رہا کریں۔ اپنے کاروبار کے علاوہ دوسرے کام اور کاروبار کے لوگوں کو بھی ملا کریں، ایسا کرنے سے نئے نئے خیالات اور معلومات ملتی رہیں گی۔

لوگوں کی باتوں میں دلچسپی ظاہر کرنی چاہیے نہ کہ یہ کہ ہم سب کچھ جانتے ہیں۔ چھوٹے گاہکوں کو بھی ضائع نہ کریں۔ کل یہی چھوٹا گاہک بڑا گاہک بن سکتا ہے۔ اس کا چہرہ مہرہ اور اعتماد ہی ان کے مستقبل کے امکانات بتا دے گا۔ جس چیز کو کرنے سے ڈرتے ہیں اس کو اسی وقت اٹھ کر کر لیں۔ ایسا کرنے سے آپ کا ڈر بھی ختم ہو جائے گا اور آپ کی خود اعتمادی میں بھی اضافہ ہو جائے گا۔ بہت سے ڈر صرف سوچ کے ڈر ہوتے ہیں، حقیقت سے ان کا واسطہ بہت کم ہوتا

ہے۔ اگر کاروبار میں کوئی نقصان اٹھانا پڑا ہے یا ناکامی ہوئی ہے تو اس کی وجہ جانیں، اس کے پیچھے جائیں۔ اس ناکامی سے سیکھیں، اس کو اپنی کامیابی کے لیے ایک سبق سمجھیں۔ تقریباً ہر کامیاب آدمی کو پہلے ایک آدھ بار بھاری نقصان یا دیوالئے سے سابقہ پڑ چکا ہوتا ہے۔

پاکستان میں کھانے پینے تعمیراتی کام اور دوائیوں کی ہمیشہ ضرورت رہے گی۔ ایک محتاط اندازے کے مطابق پاکستان کے دو فیصد لوگ یورپ اور مغرب کے ملکوں میں مستقل آباد ہیں جبکہ دو فیصد سے زیادہ مشرق وسطیٰ کے ملکوں میں ملازمت وغیرہ کر رہے ہیں۔ ان میں سے زیادہ لوگ پاکستان میں رشتے داروں کی مدد کرتے اور اپنی فیملی کو پیسے بھیجتے رہتے ہیں۔ اس کے علاوہ پاکستان میں کالا دھن بہت بڑی تعداد میں موجود ہے، اس میں منشیات اور رشوت کا پیسہ بہت زیادہ ہے۔ پاکستان میں اپنا کاروبار کرنے والے اور ملازمت کرنے والے علیحدہ ہیں، زمین داروں اور کسانوں کی تعداد علیحدہ ہے۔ یہ سب دیکھتے ہوئے یہ صاف اندازہ ہو جاتا ہے کہ پاکستان میں لوگ مالی طور پر زیادہ غریب نہیں ہو سکتے۔ دراصل جتنا پیسہ کسی ملک میں موجود ہو، اتنا ہی پیسہ کمانے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ پاکستان میں دو فیصد اپر کلاس کے لوگوں کے پاس بے شمار پیسہ موجود ہے۔ ۴۰ ارب ڈالر کے پاکستان نے جو قرضے لئے تھے، وہ پاکستان اور سوئزرلینڈ کے درمیان گھومتے رہتے ہیں۔ ملک کی اکانومی جیسی بھی رہے لوگوں کا گزارا چلتا ہی رہے گا۔ ''اپنے دماغ میں فضول معلومات جمع کرنے کے بجائے اسے ٹرینڈ کریں کہ یہ آپ کو نئے نئے خیالات اور طریقے بتایا کرے، جو آپ کے کام اور ضروریات کے مطابق کچھ بھی ہو سکتے ہیں''۔

اپنے گھریلو اور ذاتی زندگی کو دلچسپ رکھیں۔ اگر آپ کی گھریلو اور ذاتی زندگی دلچسپ نہیں ہے تو کام کے بعد آپ کو آرام کم ہی ملے گا اور کل کا کام کرنے کی توانائی آپ میں کم ہوگی۔ ہمارے ملک میں اس بات کا کم خیال رکھا جاتا ہے، مگر یہ بہت اہم بات ہے۔ یاد رکھیں جسے گھر میں بھی سکون نہ ملے وہ شخص تباہ برباد ہو جائے گا۔ کام کے علاوہ بھی کچھ وقت اپنے کاروباری ساتھیوں کے ساتھ گزارا کریں، ان سے معلومات کا تبادلہ کریں۔ ایسا کرنا آپ کی ''ٹیم'' بنانے میں بھی مددگار رہے گا۔ ہوشیار اور تیز طرار نظر آنے کی کوشش کریں۔ جب آپ ہوشیار و تیز طرار (Sharp) نظر آنے کی کوشش کریں گے تو یہ آپ کو ایسے سوچنے میں مدد دے گا۔ ایسے کرنے سے آپ کو مدمقابل آپ سے جلد متاثر ہو جایا کرے گا، جو کہ بڑا فائدہ مند رہتا ہے۔ اگر کوئی مستقل

چلنے والا کام ہو جیسے فارن کرنسی یا روئی وغیرہ کا، تو اس میں اگر کساد بازاری بھی آجاتی ہے تو اس سے چمٹے رہیں. کیونکہ اگر آپ مارکیٹ سے ایک دفعہ نکل گئے تو پھر قدم جمانا مشکل ہو جائے گا. بہت تھوڑے منافع پر بھی کام کرتے رہیں تا کہ آپ کو گاہک وغیرہ ملتے رہیں اور آپ کے کاروباری تعلقات جاری رہیں.

اگر کساد بازاری ہے تو دوسرے مقابلہ کرنے والے کاروباری بھی بھاگنے کی فکر میں ہوں گے، انہیں بھاگنے دیں. مستقل نوعیت کا کام کچھ عرصہ بعد پھر تیزی میں آجایا کرتا ہے. اگر آپ کا اپنا کاروبار نہیں ہے مگر آپ کسی کمپنی وغیرہ میں کام کرتے ہیں تو پھر آپ کو مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھنا ہوگا. اپنے باس کو پسند کرنا سیکھیں، اگر آپ کسی کو پسند نہیں کرتے تو آپ کے بولے بغیر بھی اس کو اس کا علم ہو جائے گا. اپنے ماتحتوں کو ان کے کاموں میں مدد کی پیش کش کرتے رہیں، اپنے کام کے علاوہ (یعنی ضروری ڈیوٹی کے علاوہ). مالک یا سینیئرز (Seniors) سب کی حرکتوں پر نظر رکھتے ہیں. ماتحت وہی کرتے ہیں جو ان کے افسر کریں. اگر افسر سست ہے تو ماتحت بھی یہی کریں گے. دنیا کے ہر ملک میں یہ رواج ہے کہ جب بھی کوئی نیا افسر آتا ہے تو ملازم پہلے دو تین ماہ یہ ہی دیکھتے رہتے ہیں کہ وہ افسر کی امیدوں پر کیسے پورے اتر سکتے ہیں، وہ افسر کی ہر حرکت C.I.D والوں کی طرح نوٹ کر کے اس کی ضروریات کے مطابق خود کو ڈھال رہے ہوتے ہیں.

اس لئے ماتحتوں کے لئے ہر کام میں مثال بنیں. کام کرنے، بات چیت، ہر کام میں اپنے کام کو صحیح طریقے سے کر کے تنخواہ کا حق ادا کریں، یعنی اسے حلال کریں. باس (Boss) کے خیر خواہ رہیں اور اپنی محنت اور ایمانداری کے پھل کا اللہ سے اعتقاد رکھیں. اپنے ماتحتوں سے خواہ مخواہ بحث و مباحثے سے پرہیز کریں. اس سے آپ کا رعب بھی ختم ہو جائے گا اور ڈسپلن میں فرق پڑے گا. کام کا ماحول خوشگوار رکھیں. کسی کے بارے میں غلط بات نہ کریں. ورنہ وہ کسی نہ کسی طرح دوسری پارٹی کے کانوں تک پہنچ جائے گی. پھر ایسی باتوں کا کسی کو فائدہ نہیں ہوتا. کسی کی پیٹھ پیچھے اس کی صرف مثبت بات کریں ورنہ بات ہی نہ کریں. اسلامی نقطہ نظر سے یہ بات آپ کو غیبت سے بھی بچائے گی. اپنے باس کے بارے میں ذہن میں رکھیں کہ کوئی بھی ملازم باس سے سو فیصد مطمئن نہیں ہوتا. اور ملازم کو سو فیصد مطمئن ہونا بھی نہیں چاہئے، تھوڑی بہت مس انڈر سٹینڈنگ وغیرہ ان کے درمیان چلتی ہی رہتی ہے، اسے نظر انداز کرنا سیکھیں.

تمام کاروباری اور دوسرے لوگوں کو آپ ؐ کی ایک حدیث پاک ہمیشہ یاد رکھنی چاہئے. "مابقی من سکت و من سلم بخا" "جو شخص خاموش رہا اس نے نجات پائی اور جس کو سلامتی ملی اس نے نجات پائی" کہ اگر آپ کسی کام کرنے کا ارادہ رکھتے ہوں تو جب تک وہ کام شروع نہیں کر لیتے کسی سے اس کا ذکر مت کریں. اس کو دل میں رکھیں، کسی کو مت بتائیں. اس طرح اس کو طاقت ملتی رہتی ہے اور مناسب وقت آنے پر یہ کام پورا ہو جاتا ہے. اس کی وجہ یہ ہے کہ جب خواہ مخواہ کسی سے اس کا ذکر کرتے ہیں تو ہو سکتا ہے دوسرا آپ سے حسد کرتا ہو یا آپ کی نسبت اس کے دماغ کی لہریں زیادہ طاقتور ہوں، اگر زیادہ طاقتور لہروں والے کے ذہن میں اس وقت یہ خیال آ گیا کہ آپ کا کام نہیں ہو سکے گا یا پورا نہ ہوگا، تو پھر اس کے ذہن سے یہ بات آپ کے ذہن میں ٹرانسفر ہو جائے گی. کیونکہ زیادہ طاقتور لہروں والے کی سوچ زیادہ طاقتور ہوتی ہے. ویسے بھی بتانے کے بعد کچھ دوسرے لوگ اسے پنکچر کرنے لگ پڑتے ہیں.

پھر یہ انسان کی نفسیات میں ہے کہ جب وہ کوئی بات کسی سے بول دیتا ہے تو پھر اس خیال میں اتنی طاقت نہیں رہتی. پھر اگر آپ اس بات کو ہدایت سمجھ کر اور رسول پاک کا فرمان سمجھ کر کچھ بھی دل میں رکھیں تو پھر آپ کا یقین کامل (faith) اس کی حفاظت کریگا اور آپ کے لئے راستے خود ہی بناتا جائے گا.

دل میں رکھی ہوئی بات زندہ رہتی ہے، دل اسے طاقت دیتا رہتا ہے اور مناسب وقت آنے پر وہ بات عمل میں تبدیل ہو جاتی ہے. ویسے بھی کسی سے وقت سے پہلے بات کرنے کا کوئی فائدہ نہیں ہوتا بلکہ کسی نہ کسی طرف سے یہ آپ کے لئے رکاوٹیں ہی پیدا کر سکتی ہے. کسی کے بارے اور زیادہ دنیا کی شکایتیں کرنے والا عموماً خود برا ہوتا ہے، اس میں جو خصلتیں پائی جاتی ہیں وہی وہ دنیا میں زیادہ دیکھتا ہے. اگر کسی کو بھی دنیا کو برا کہتے دیکھیں، تحقیق کرنے پر معلوم ہوگا کہ وہ شخص خود ہی ایسے کردار کا ہوگا.

دنیا میں ہر جگہ اچھے برے لوگ موجود ہوتے ہیں، آپ اگر دنیا کو اچھا سمجھنے لگ پڑیں اور اس بات کو اپنے یقین میں شامل کر لیں تو پھر آپ کو صرف اچھے لوگ ہی ہر طرف نظر آئیں گے. دراصل برے سے برے انسان میں بھی کوئی نہ کوئی اچھا پہلو ہوتا ہے. اور اچھے سے اچھے انسان میں بھی کوئی نہ کوئی کمزور یا برا پہلو ہوتا ہے. اس لئے اپنے ساتھیوں میں سے ہر ایک کی ایک خراب عادت کو نظر انداز (یا معاف) کرنا سیکھیں، اس کا بڑا فائدہ ہوگا. آپ لوگوں میں وہی کچھ

دیکھتے ہیں جو کہ آپ کے یقین میں بیٹھا ہوا ہوتا ہے اور ایسے ہی لوگ آپ کو ملتے ہیں جو آپ کے یقین میں بیٹھا ہوا ہے۔

اسی اصول پر کئی چیزیں اور سسٹم بن چکے ہیں، مثلاً آسٹرولوجی کی ایک قسم ہے جس میں دن کو بارہ ستاروں (Zodiacal Signs) پر تقسیم کر کے اپنے پاس آنے والے کو حالات کی پیشن گوئی کی جاتی ہے۔ اس میں عموماً ہر ستارے کے وقت کو ۳ حصوں میں تقسیم کر لیا جاتا ہے۔ اگر آپ کے پاس آنے والا ستارے کے پہلے حصے میں آیا ہے تو اس کا کام صحیح ہو جائے گا۔ اگر درمیان والے حصے میں آیا ہے تو رکاوٹ رہے گی، شاید ہو جائے۔ جب کہ آخری حصے میں سوال پوچھنے والے کا کام نہیں ہوگا۔ کچھ لوگ اس حساب میں مہارت پیدا کر لیتے ہیں۔ کسی کام کے ہونے یا نہ ہونے کی حد تک ان کے نتیجے بہت حد تک درست ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ کیا ہے، یہی ہے کہ جب انسان کو یہ یقین ہو جاتا ہے کہ ان ستاروں کا حساب صحیح ہوتا ہے تو پھر کوئی ملنے والا اس کو غلط وقت پر ملنے نہیں آ سکتا۔ اس کے پاس انسان کسی وجہ سے کچھ دیر کر کے یا کسی وجہ سے کچھ جلدی کر کے ایسے ہی وقت پہنچ جائے گا جو کہ حساب کرنے والے کے ستاروں سے مطابقت رکھتا ہوگا، اور حساب کرنے والا اس کو صحیح جواب دے لیتا ہے۔

بلکہ اسی اصول کے تحت کچھ لوگ ایسا سسٹم بھی بنا لیتے ہیں کہ ان کے پاس سوال پوچھنے کے لئے آنے والوں کے بیوی بچوں اور ماں باپ کی حالت کا بھی کافی حد تک اندازہ ہو جاتا ہے، بلکہ بچوں اور بہن بھائیوں کی تعداد بھی معلوم ہو جاتی ہے۔ یہ بیان کرنے کا مقصد یہ ہے کہ آپ خود ہی مخصوص لوگوں کو اپنی طرف کشش کرتے ہیں اور اس طرح اپنے فائدے یا نقصان کے لوگوں کو لاشعوری طور پر کشش کر کے اپنی قسمت خود بنا یا برباد کر رہے ہوتے ہیں۔ میں پھر ایک دفعہ پہلے والی بات دہراتا چلوں کہ کاروبار میں سب سے اہم چیز ہے کہ آپ اندرونی طور پر خود کو کتنا پیسہ کمانے کے قابل سمجھتے ہیں، آپ اتنا ہی کمائیں گے۔

اگر آپ کوئی کاروبار کامیابی سے کر رہے ہیں تب بھی اس کے سب پہلو اور تمام چیزوں (اس کی زنجیر کے سب کنڈوں) کو خود جا کر دیکھیں، ہر کام ہاتھ سے ضرور کریں ورنہ لاشعور یہ محسوس کرتا ہے کہ اس کو مکمل معلومات نہیں ملیں۔ ایسا شخص جیسے ہوا میں کھڑا ہوتا ہے۔ لاشعور ایسے شک میں ہو تو یہ آپ کو گرا سکتا ہے۔ اگر آپ کاروباری مشکلات میں پھنسے ہوئے ہیں تو پھر آپ کو چاہئے کہ ان کا ٹھنڈے مزاج سے جائزہ لیں۔ اپنی نظر سے مت دیکھیں بلکہ کسی دوسرے عقل

مند آدمی کی نظر سے دیکھنے کی کوشش کریں، مشکلات کو مختلف پہلوؤں سے دیکھیں۔ وجہ اکثر یہ ہوتی ہے کہ انسان کا یقین ڈول چکا ہوتا ہے، جب تک یہ صحیح ہو جائے انسان کی ترقی شروع نہیں ہوتی۔ اس کی مثال کے لئے ایک دلچسپ قصہ بیان کیا جاتا ہے۔

ایک بڑا مالدار اور آسودہ حال آدمی تھا، اس کا نام آپ شریف سمجھ لیں۔ حالات نے اس کو برے برے دن دکھا دیے، اس کا سب کاروبار تباہ ہو گیا۔ اس کی ساری زمین مکان جائیداد بک گئی۔ یہاں تک کہ قرضے لیکر کھانے تک نوبت آ گئی۔ پھر کچھ دن گزرنے کے بعد قرض دینے والوں نے ہاتھ کھینچ لیا اور قرض خواہوں نے اپنے پیسوں کی واپسی کا تقاضہ شروع کر دیا۔ وہ ان کو کچھ عرصے تو جھوٹے وعدوں پر ٹالتا رہا، مگر کب تک۔ عزیز و اقارب نے بھی ملنا چھوڑ دیا، دوست تک حال پوچھنا چھوڑ گئے۔ وہ حالات کی بہتری کی جو کوشش کرتا، وہ الٹی پڑتی۔ مانگ تانگ کر چھوٹا موٹا کوئی کام کرنے کی کوشش کرتا تو اس میں بھی قدرت کی طرف سے ہی کچھ نقصان ہو جاتا۔ ملازمت ڈھونڈتا رہا تو کوئی ملازمت بھی نہ ملی۔ نتیجہ یہ آیا کہ کسی کو ملنے جاتا تو وہ اسے پانی تک نہ پوچھتے۔ جب اسی حال میں ایک مدت گزر گئی تو اسے پتہ چلا کہ اس کے بچپن کا دوست اس کے علاقے کا بادشاہ بن چکا ہے۔ شریف خوددار آدمی تھا اس کے پاس مدد مانگنے نہیں جانا چاہتا تھا، مگر جب کھانے سے ہی تنگ ہو گیا تو اس کے پاس چلا گیا۔ بادشاہ اس وقت دربار میں تھا، اس نے شریف کو وہاں ہی بلوا لیا۔

اس شریف نے اپنی ساری کہانی اسے سچ سچ تفصیلاً سنا دی۔ پھر کہنے لگا کہ اب میری حالت یہ ہے کہ اگر میرے ہاتھ میں اس وقت کوئی سونا بھی دے دیتا ہے تو میرے ہاتھ میں آتے ہی وہ بھی جیسے مٹی ہو جاتا ہے۔ میں ایک ایسا پنچھی بن چکا ہوں کہ جس درخت پر بیٹھتا ہوں وہ درخت ہی سوکھ جاتا ہے۔ بادشاہ اس کی ساری داستان غور سے سنتا رہا۔ پھر اسے کہا کہ کل میں تمہاری مشکلات کا حل کروں گا۔ اب تم جاؤ، مہمان خانے جا کر نہا دھو لو، کھانا کھاؤ جو چیز ضرورت ہو ملازموں کو بتاؤ کل صبح پھر یہاں ملاقات ہوگی۔ شریف بڑا خوش ہوا مہمان خانے جا کر نہایا، صاف کپڑے پہنے، طرح طرح کے کھانے ملے، پیٹ بھر کر کھایا۔ رات کو نیند نہیں آ رہی تھی، کبھی خواب میں اسے اپنے پاس اشرفیوں کی بوری نظر آتی کبھی خود کو کسی بڑی جائیداد کا مالک دیکھتا نوکر چاکر اور مال مویشی سب کچھ گھر میں دیکھتا۔ صبح اٹھ کر نہا دھو کر ناشتہ کیا، پھر دربار میں بادشاہ کو ملنے چلا آیا۔ وہ اس امید پر تھا کہ اب اسے بہت سے پیسے وغیرہ ملیں گے۔

مگر بادشاہ نے کہا ''تم میرے بچپن کے دوست ہو، میں تمہاری مدد کرنا چاہتا ہوں. تم بھی کیا یاد کرو گے''. پھر اس نے اپنے وزیر کو بلایا اور کہا شریف کو میری طرف سے سو بھیڑیں دے دی جائیں. اور شریف سے کہا شہر کے ساتھ والے پہاڑ پر جہاں چاہے انہیں چراو، کوئی تمہیں نہیں روکے گا. تم ہر ماہ چاند کی پہلی کو مجھے ملنے آیا کرنا. شریف ہکا بکا رہ گیا. اس نے سوچا کہ یہ بادشاہ ہے یا کوئی مسخرہ، میرے ساتھ مذاق تو نہیں کر رہا. میں بڑا خاندانی آدمی ہوں، یہ میرے ساتھ کیا کر رہا ہے. اور پھر اوپر سے کہتا ہے تم میرے بچپن کے دوست ہو میں تمہاری مدد کروں گا، کیا بچپن کے دوست سے ایسے ہی کیا جاتا ہے.

مگر حالات سے اتنا تنگ تھا کہ بادشاہ کی بات رد بھی نہ کر سکا. چپ چاپ بھیڑیں لیں اور پہاڑ پر لے جا کر چرانے لگا. اس کے دن ایسے برے تھے کہ پہلے ہفتے ہی ایک درجن بھیڑیں مر گئیں. مہینہ پورا ہوتے ہوتے اس کی چالیس بھیڑیں مر چکی تھیں. وہ نیا مہینہ شروع ہوتے ہی حسب وعدہ بادشاہ کو ملنے گیا. بادشاہ نے حال چال پوچھا، شریف نے آپ بیتی سنائی. اس کا خیال تھا کہ مہینہ اس کا امتحان لیا جا رہا تھا، اب اس کی خلاصی ہو جائے گی. بادشاہ نے کہا ''تم میرے دوست ہو، کیا یاد کرو گے''. پھر اپنے وزیر کو حکم دیا اس کو مزید چالیس بھیڑیں دیکر اس کی سو بھیڑیں پوری کر دو اور شریف سے کہا کہ جا کر ان کو چراو، یہ تمہاری ہیں. شریف مرتا کیا نہ کرتا، بھیڑیں لیکر پھر پہاڑ پر چلا گیا. بدقسمتی پھر اس کے ساتھ تھی، دوسرے ماہ اس کی ۳۵ بھیڑیں مریں. نئے ماہ کے شروع ہوتے ہی وہ بادشاہ کو ملنے آیا اس کا خیال تھا اب کافی ہو چکی ہے، بادشاہ اسے اب پیسے وغیرہ دے گا. مگر بادشاہ نے پھر اسے مزید ۳۵ بھیڑیں دیکر ان کی تعداد پھر سے سو کر دی.

شریف پھر واپس پہاڑ پر آ گیا. پھر ہر ماہ کبھی اس کی بیس بھیڑیں مرتیں کبھی تیس، ہر ماہ بادشاہ کو ملنے جاتا تو وہ ان کی تعداد پھر سے سو پوری کر دیتا. شریف اسے ہی مقدر سمجھ کر یہ کام کرتا رہا. پھر تقریباً سال گزرنے کے بعد ایک وقت ایسا آیا کہ اس کی بھیڑیں مرنی کم ہو گئیں اور کچھ مدت کے بعد ان کی تعداد بڑھنے لگ پڑی. پھر ایک دن جب وہ بادشاہ کو ملنے گیا اور بادشاہ نے اس سے بھیڑوں کا پوچھا تو وہ کہنے لگا کہ اب وہ تقریباً ۱۵۰ ہو چکی ہیں، انشاءاللہ سال میں ان کی تعداد تین سو ہو جائیں گی. میں اب بڑا حوصلے میں اور پرامید ہوں، سنت نبویؐ مجھے راس آ گئی ہے. بادشاہ نے جب یہ سنا اور شریف کو حوصلے میں دیکھا تو اپنے وزیر کو بلایا اور اس کے کان میں

کچھ کہا. شریف سوچنے لگا کہیں اب یہ کنجوس بادشاہ اس کی فالتو پچاس بھیڑیں تو واپس لینے کے بارے میں وزیر کو نہیں بتا رہا. وزیر تھوڑی دیر ہی میں اشرفیوں سے بھرا ہوا ایک تھیلا لیکر آ گیا. بادشاہ نے لطیف کو گلے لگایا اور وہ تھیلا شریف کو دے دیا. اور کہنے لگا ''اسے لو، اب تم اس قابل ہو گئے ہو کہ پھر سے کاروبار کر سکو، میں معافی چاہتا ہوں کہ تم سے بھیڑیں چرواتا رہا. مگر وہ تمہارے لئے ضروری تھا. کیونکہ جس وقت تم میرے پاس پہلی بار آئے تھے تو تمہاری حالت اور حوصلہ اتنا گرا ہوا تھا کہ میں اگر اس وقت تمہاری جتنی بھی مدد کرتا، تم نے نقصان ہی کرنا تھا. پہلے تمہارا حوصلہ قائم کروانا لازمی تھا. جب تک اعتماد بحال نہ ہو کوئی کام کاروبار صحیح نہیں ہوتا. اعتماد قدم با قدم ہی بحال ہو تو پھر انسان اسے جلدی نہیں کھوتا. پھر اگر شروع میں ہی تمہاری بڑی رقم سے مدد کرتا تو تمہارا اس وقت جو حال تھا، تمہارا سایہ مجھے بھی لے ڈوبتا. تمہارے برے دن اب گزر چکے ہیں. اب مجھے یقین ہے کہ تم ترقی ہی کرو گے، بہر حال جب بھی کچھ ضرورت ہو میں یہاں موجود ہوں''. ''تم چاند کی پہلی کو مجھے ملنے آیا کرنا، مگر اب ہم شکار کھیلنے جایا کریں گے''.

اس کہانی میں اور بھی کئی سبق موجود ہیں.

ہم میں سے بے شمار لوگ بغیر حالات کو سمجھے ہوئے اپنی بھیڑیں مارتے رہتے ہیں. کسی بھی لمبا عرصہ تک ناکام رہنے والے کی آپ فوری مدد نہیں کر سکتے، اسے قدم بقدم اوپر لے کر جائیں. ایسا شخص چاہے پہلے دیوالیہ ہوا ہو یا بڑے عرصے سے پیسے کمانے میں ناکام رہا ہو. جب انسان کو نقصانات ہوتے ہیں تو اس کا دماغ گھوم جاتا ہے، وہ صبر کھو بیٹھتا اور اندھا دھند ٹکریں مارتا رہتا ہے اور پے در پے نقصان در نقصان کرتا چلا جاتا ہے. اسے چاہئے کہ صبر و سکون کے ساتھ بیٹھ کر حالات کا جائزہ لے. اگر ہو سکے تو کچھ دن کہیں چھٹیوں وغیرہ پر پرسکون جگہ پر چلا جائے. وہاں بیٹھ کر اپنی غلطیوں اور اپنے اندر کا جائزہ لے. ''کوئی ڈر بھی اگر انسان کے اندر بیٹھ جائے، چاہے وہ پیسے کا ہو، محبت کا یا بدنامی کا اسے اسی طرح قدم با قدم صحیح کرنا چاہیے یہی اس کا بہترین طریقہ اور علاج ہے'' اس میں سب سے اہم سبق ہے کہ آپ روپیہ پیسہ ہار بیٹھے ہیں تو یہ نقصان پورا ہو جائے گا. آپ کا دماغ اور تجربہ تو اب بھی آپ کے پاس ہے لیکن اگر کوئی شخص اپنا حوصلہ اور Optimism ہار اور کھو بیٹھا ہے تو یہ نقصان ناقابل برداشت ہے. اس کو کسی قیمت پر ہاتھ سے نہ جانے دیں.

ایک بات یہ ہوتی ہے کہ بڑا عرصہ تک کسی بھی قسم کے حالات میں رہنے والا لاشعوری طور

پر حالات کو اپنا ساتھی سمجھ لیتا ہے جو کہ اکثر غلط ہوتا ہے. پھر کسی بھی مستقل پریشان یا مستقل بیمار آدمی کو بھی فوری ٹھیک نہیں کیا جانا چاہئے ہم میں سے ہر ایک نے اپنی حد Limit (شیل یا سانچہ کہہ لیں) بنائی ہوتی ہے کہ میں اس حد تک ہی قابل ہو. یہ لمٹ جب تک تبدیل نہ کی جائے انسان وہاں کا وہاں ہی رہتا ہے چاہے وہ جتنی بھی کوشش کرے. اسی لئے آپ بھی کسی مستقل ناکام رہنے والے آدمی سے بچیں خصوصاً جب تک آپ خود خاصی ترقی نہ کر چکے ہوں.

اس کی ایک بڑی صحیح مثال میرا ایک دوست ہے جو ایمسٹرڈیم کی مشہور و معروف ہستی ہے. گجرات سے تعلق ہے. اس کا نام آپ ملک سمجھ لیں. ملک کا کام ہر بینک اور کسی بھی بینک نما ادارے سے پیسے کریڈٹ پر لے کر ڈکار مار جانا ہے پھر وہ یہ پیسے ایک دوسرے بینک میں جمع کروا آتا ہے جس کا نام ہالینڈ کسینو (ہالینڈ کا جوا خانہ) ہے سب ہیرا پھیری کی رقم پچھلے دس سال سے وہاں ہی ہاری جا رہی ہے. ملک دل کا انتہائی اچھا ہونے کے باوجود عادت سے مجبور ہے. پچھلے دس سال سے وہ بینکوں وغیرہ سے اتنا پیسہ پتہ نہیں کس کس طریقے سے نکلوا لیتا ہے جو کہ ایک اچھی تنخواہ سے بہت زیادہ بنتا ہے. وہ ہالینڈ کے سارے کے سارے بینکوں میں بلیک لسٹ ہے پھر بھی شکر خورے کو اللہ شکر دے ہی دیتا ہے. بڑے بڑے سٹوروں سے کریڈٹ پر کچھ نہ کچھ سامان مل ہی جاتا ہے. اب سارے ہالینڈ کے بینکوں نے ملک پر مقدمے کئے ہوئے ہیں لیکن کنجی نہائے گی کیا اور نچوڑے گی کیا.

ہمیں آج تک ملک کی اصل عمر کا پتہ نہیں چل سکا. مثلاً اس کا ایک گاؤں کا دوست جو فوج میں میجر تھا، اس سے ملنے آیا خاصہ زندہ دل اور دلچسپ آدمی تھا. ایک دن بات عمر کے بارے میں چل پڑی. میں نے پوچھا کہ ملک صاحب کہتے ہیں یہ آپ کے ہم جماعت تھے. وہ کہنے لگا "یہ بات صحیح ہے. لیکن بات یہ ہے کہ ملک صاحب بہت لیٹ داخل ہوئے تھے. پھر انہوں نے سکول چھوڑ دیا. پھر داخل ہو گئے، تو مڈل میں فیل ہو گئے پھر اگلے سال امتحان دینے لگے تو بیمار ہو گئے اور امتحان نہ دے سکے. پھر یہ میرے ہم جماعت بنے. یہ تو ہماری آدھی تحصیل کے ہم جماعت ہیں". میں نے پوچھا کہ صاحب اپنی عمر ۳۳ سال کے لگ بھگ بتاتے ہیں، کتنی عمر ہے ان کی. وہ کہنے لگا "ملک صاحب کی عمر اتنی ہے کہ ان کے ساتھ کے رکھ (درخت) بوڑھے ہو گئے، ان کے ساتھ کی ڈائنیں (چڑیلیں) بھی مر چکی ہیں".

ملک کے لاشعور میں یہی بیٹھا ہوا ہے کہ اسے اتنے ہی پیسے ملنے ہیں جس کی مدد سے وہ

پہلے کی طرح اٹھتا گرتا اپنا خرچہ چلائے گا. گو ملک گورنمنٹ سے بیروزگاری الاؤنس بھی علیحدہ وصول کرتا ہے، جو ہالینڈ میں ایک عام تنخواہ کا اسی فیصد بنتا ہے. ایمسٹرڈیم میں اس کے سب دوست اچھے خاصے کاروباری ہیں، سب نے اس کی مدد کرنے کی کوشش بھی کی. لیکن وہی ڈھاک کے تین پات. میرا ایک خاصہ سمجھدار دوست ارشد (اس کا پہلے ذکر ہو چکا ہے) اس کی مدد میں ڈیڑھ دو سال لگا رہا. اس کی نفسیاتی، مالی اور ہر طرح کی مدد کی، لیکن سب فضول ہی رہی. یہ سب ہونے کے بعد ۱۹۹۶ء میں ایک دن ارشد سے اسی موضوع پر بات ہو رہی تھی. میں نے اس سے وجہ پوچھی کہ اس کے خیال میں ملک کے ناکام رہنے کی وجہ کیا ہے. ارشد کہنے لگا کہ میں جب بھی ملک کو تیاری کرا کے کسی کام یا کاروبار کی طرف لے کر جاتا ہوں. مثلاً اس کام میں ہمیں معلومات لیتے تیاری کرتے تین چار ہفتے لگ جاتے ہیں اور ہم دونوں کو علیحدہ علیحدہ پندرہ پندرہ ہزار گلڈر ملنے ہوتے ہیں، تو جب ہم اس کام کے قریب پہنچ چکتے ہیں تو آخری ہفتے میں ملک کو کہیں پر تین چار ہزار گلڈر کی آمدنی نظر آ جاتی ہے، اور وہ مجھ سے ہاتھ چھوڑا کر اس طرف بھاگ جاتا ہے یہ کئی بار ہو چکا ہے. اس کی وجہ سے میرا بھی کام رہ جاتا ہے اور وقت علیحدہ ضائع ہوتا ہے.

یہ سن کر مجھے ہنسی آ گئی، کیونکہ مجھے بھی یہ بات معلوم تھی. میں نے کہ بات یہ ہے کہ لومڑ کو پتہ ہے کہ وہ مرغی ہی شکار کر سکتا ہے، تم چاہے جتنی بھی کوشش کرو کہ وہ گائے کا شکار کر لے وہ نہیں کر سکتا. تم جب بھی اسے لیکر گائے کی طرف جاتے ہو راستے میں اسے کہیں مرغی مری ہوئی مل جاتی ہے اور وہ ادھر ہی دوڑ پڑتا ہے. مرغی سے گائے تک بڑا فاصلہ ہے، یہ قدم بہ قدم ہی طے کیا جا سکتا ہے.

ملک نے چونکہ بینکوں کے دھندے کے علاوہ اور کوئی کاروبار نہیں کیا تھا اس لئے چاہیئے یہ تھا کہ اسے کسی دوسرے کام میں مرغی سے ہی شروع کرایا جائے پھر بکری' اور پھر گائے تک. لیکن ہم میں سے کسی کے پاس اتنا وقت نہیں ہوتا تھا کہ وہ اسے یہ کام کرا سکے. ملک کو صحیح کرنے کی میں نے بھی کوشش کی. ملک کو میرے ساتھ رہتے ہوئے میری روحانیت کا کچھ اندازہ ہو گیا تھا (گو یہ باتیں بتانے کی نہیں ہوتیں لیکن اگر کوئی کھوج کرے تو معلوم ہو سکتا ہے) بلکہ وہ زبردستی میرا پہلا مرید بھی بن بیٹھا تھا. یہ کوئی 1995ء کی بات ہو گی' پھر بعد میں جب اس کا کوئی اور طریقہ نہ رہا جو کہ سال بعد کی بات ہو گی' تو مجھے ایک دن کہنے لگا "پیر جی کوئی پھونک وغیرہ

ماریں' میں اب بڑا تنگ ہوں''. ملک کو پینے کی بھی عادت تھی. میں نے وعدہ لیا کہ تم نہیں پیو گے. پھر کہا کہ تم نے کسینو نہیں جانا ہے جب تک کہ صحیح اشارہ خواب میں نہیں آتا. اس کے بعد میں پاکستان چند ہفتوں کے لیے آ گیا. ملک سے ملاقات 3 ماہ کے بعد ہوئی. مجھے کہنے لگا کہ آپ نے صحیح زور سے پھونک نہیں ماری تھی' اب صحیح طریقے سے ماریں. پھر کہنے لگا کہ آپ کے بتانے کے بعد نہ پی اور نہ کسینو گیا. پھر ہفتے کے بعد خواب آیا کہ میں کسینو میں جوا کھیل رہا ہوں اور جیت رہا ہوں' اس دن شام میں وہاں چلا گیا اور وہاں پر ۳۵۰۰۰ گلڈر جیت گیا. پھر واپس آنے لگا تو اس میں سے ۲۵۰۰۰ کسینو کے بینک میں ہی جمع کروا دیے اور دس ہزار لیکر گھر چلا آیا. آ کر جب جن دوستوں کے قرضے لازمی دینے تھے وہ دیے، گھر کی کھانے پینے کی چیزیں لیں اور وہ دس ہزار تقریباً ختم کر دیے.

دوسرے دن شام کو کسینو میں آیا کہ پیسے لیکر واپس جاتا ہوں (ان پیسوں سے ان دنوں بڑی آسانی سے ٹیلی فون شاپ وغیرہ کھل جاتی تھی جو کہ اس وقت پاکستانیوں کا عام کاروبار تھا بلکہ اب بھی ہے). جب ۲۵۰۰۰ بینک سے نکلوا چکا تو خیال آیا کہ صرف ۵۰۰ گلڈر سے پھر جوا کھیل کر دیکھوں، یہ ہارا تو واپس چلا جاؤں گا. وہاں یہ ۵۰۰ ہار گیا، پھر ۵۰۰ اور نکالے کہ بس یہی آخری ہیں اور نہیں نکالنے. وہ بھی ہار گیا تو ۵۰۰ اور نکالے. غرضیکہ دو تین گھنٹوں میں ہی سارے کے سارے پیسے ہار کر واپس آ گیا اب پیر صاحب کوئی زور کی پھونک ماریں. یہ سن کر میرا سر (بلکہ اس کا سر) پیٹنے کو دل چاہا. میں نے سوچا کہ اگر اسے لاکھ گلڈر مل جائیں ہوگا پھر بھی وہی ہوگا جواب ہوا ہے.

بات کاروبار کی کرتے کرتے کسینو پر چلی گئی ہے. بہتر ہے کہ اس کا تفصیلاً ذکر ہو جائے تو لوگ اس سے بچ سکیں اور جوئے کے نقصانات کا بھی اندازہ کر سکیں. کسینو (Casino - جواخانہ) ایک ایسی بیماری ہے جس میں بے شمار لوگ مبتلا ہیں، خصوصاً ایسے لوگ جو کسی نہ کسی غلط دھندے سے پیسے بناتے ہیں یا ذہنی طور پر پریشان رہتے ہیں. مغرب میں پاکستانیوں میں ایسے لوگوں کی کافی تعداد ہے. صحیح بات تو یہ ہے کہ کسینو سے جیتنا بڑا مشکل ہے بلکہ اگر صحیح کہا جائے تو ممکن ہی نہیں ہے. مگر یہ جیسے ایک جادوگری ہے. اس میں شروع میں لوگ کسی دوسرے واقف (مستقل بیمار) کی وجہ سے ساتھ چلے جاتے ہیں اور دوسری دفعہ ان کو راستہ اور کھیلنے کا طریقہ آ چکا ہوتا ہے. دوسری بار یہ خود چلے جاتے ہیں اور عجیب بات یہ ہے کہ پہلی دو تین دفعہ انسان وہاں سے

عموماً تھوڑا بہت جیت کر ہی نکلتا ہے. وہ لوگ جو وہاں پہلی دو تین بار بھی ہارتے ہیں، وہ خوش قسمت ہوتے ہیں کہ نقصان دیکھ کر توبہ کر لیتے ہیں. مگر جو شروع میں دو تین بار جیت جاتے ہیں، وہ پھر ادھر کے ہی ہو کر رہ جاتے ہیں لیکن پھر ہارتے ہی چلے جاتے ہیں. پھر انہیں وہاں پر شراب اور کھانا وغیرہ بھی مفت مل جاتا ہے اور وہ ادھر کے ہی ہو کر رہ جاتے ہیں. جب مختلف ایسے لوگوں سے ان کی کہانی سنی تو یہ بات توجہ طلب تھی کہ وہ شروع میں دو تین دفعہ پیسے جیت گئے، حالانکہ کسینو کا سسٹم ہی ایسا ہوتا ہے کہ اس سے جیتنا خاصا مشکل ہوتا ہے. جب اس پر غور کیا اور لوگوں سے بات چیت کی تو یہ حقیقت سامنے آئی کہ شروع میں جب انسان جواخانے میں جاتا ہے تو وہ خود اعتماد اور شک وشبے سے خالی ہوتا ہے، وہ ریلیکس ہو کر کھیلتا ہے اور عموماً جیت جاتا ہے. مگر چند بار تھوڑا بہت جیتنے کے بعد وہ جب ہارتا ہے (جو کہ عموماً دوسری تیسری یا چوتھی بار ہوتی ہے) تو اس کے دل میں ڈر بیٹھ جاتا ہے، پھر اس کے بعد وہ ذہنی طور پر ڈر کر ہی کھیلتا ہے عادت تو پڑ ہی چکی ہوتی ہے، سوچتا ہے کہ یہ آخری پیسے ہیں، اگر ہار گیا تو پھر کیا ہوگا. وہ گھر سے ہی ڈر کر اور ذہنی طور پر ہار کر چلتا ہے اور ہار کر ہی گھر واپس آتا ہے. جواری کے دل میں ہار بٹھانا یہی سمجھ لیں کہ کسینو کے مالک کا کام اور ڈیوٹی ہوتی ہے. جب یہ ہار اندر بیٹھ جاتی ہے تو پھر قارون کا خزانہ بھی یہاں پر ختم ہو جاتا ہے.

مجھے ایک جرمن نوجوان ملا جس کا باپ سات عدد کسینو چھوڑ کر مرا تھا. اس نوجوان کو خود جوئے کی لت پڑ گئی، اپنی سب کمائی دوسرے بڑے بڑے جوئے خانوں میں جا کر کھیلتا رہا. سات کے سات کسینو بک گئے، اب گزارے کے لئے ایک دوسرے کسینو میں ملازمت کرتا تھا. جب جواری کی ہار دل میں بیٹھ (یعنی Loser Mentality بن) جاتی ہے تو پھر وہ کبھی نہیں جیت پاتا. جوا کھیلنے کی بڑی وجہ یہ بھی ہے کہ بہت سے لوگ Excitement پسند کرتے ہیں جو کہ جوئے میں مل جاتی ہے. بلکہ اپنی قسم کے کافی سارے لوگ بھی مل جاتے ہیں، انسان اپنی قسم میں ہی خوش رہتا ہے. انسان زیادہ سے زیادہ دو تین گھنٹے توجہ اور کنسنٹریشن سے کھیل سکتا ہے پھر اس کا ذہن صحیح نہیں رہتا، جب کہ جوا کھلانے والے تازہ دم ہوتے ہیں اور تبدیل ہوتے رہتے ہیں. پھر انسان کی ہارنے کی ایک لمٹ ہوتی ہے کہ وہ اتنے ہزار ہی ہار سکتا ہے، زیادہ اس کے پاس ہوتے ہی نہیں. جب کہ کسینو کے پاس بے حساب پیسے ہوتے ہیں. پیسہ ویسے بھی زیادہ پیسے کی طرف جاتا ہے. اور بھی کئی ایسی وجوہات ہوتی ہیں کہ انسان نے ہارنا ہی ہوتا ہے. پھر بہت سے

سکینو والوں نے ریموٹ کنٹرول اور نامعلوم کیا کیا نئے نئے فراڈ ایجاد کئے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے انسان کی وہاں ہار ہی ہار ہوتی ہے۔

بہر حال غور سے دیکھنے پر معلوم ہوا کہ کسینو میں جوئے کی لت اتنی ہی خطرناک ہے جتنی کہ ہیروئن پینے کے عادی نشئی (Junki) کی۔ بلکہ عام طور پر ہیروئن استعمال کرنے والے سے بھی زیادہ بری عادت ہے۔ مغربی ملکوں کی حد تک کسی ہنستے بستے اور امیر کبیر گھر کو تباہ کرنے کی سب سے آسان ترکیب یہ ہے کہ اس کے کسی فرد کو کسینو یا ہیروئن کی لت لگا دیں۔ اللہ ہم کو ان بیماریوں سے بچائے۔ لوگ کسینو میں عادی جواریوں کو کسینو جنکی Casino Jinki ہیروئن کے عادی کو ہیروئن جن کی اور سینک باروں وغیرہ میں رکھی چھوٹی جوئے کی مشینوں کے عادی جواریوں کو مشین جنکی کہتے ہیں۔ جوئے میں بھی یا آپ کی Winner mentality ہوتی ہے یا Loser- لیکن ونر مینٹالٹی والا بھی کسینو سے ایک دو بار سے زیادہ نہیں جیت سکتا۔ اسی لئے جوئے کی کسی بھی قسم اور خصوصاً کسینو Casino میں جوئے سے ہر حالت میں بچیں۔ وہاں جانے والے لوگ اگر اچھے کاروباری بھی ہیں تو کچھ عرصے کے بعد اعتباری نہیں رہتے۔

گھروں میں کھیلے جانے والے جوئے میں بھی زیادہ پیسہ اور کم ڈر رکھنے والا ہی ۹۵ فیصد جیتتا ہے۔ یہ سب کچھ میں نے اس لئے بھی لکھا ہے کہ اگر انسان کا یقین پیسے اور کاروبار کے بارے میں پختہ نہ ہو تو لاشعور فرار کے ایک ہزار نئے طریقے ڈھونڈ لیتا ہے۔ جوا یا کسینو اس کا سب سے آسان مگر خطرناک راستہ ہے، چاہے وہ آدمی کامیاب کاروباری ہو اور چاہے وہ ایسا کاروباری بن رہا ہو۔ اس لئے یہ سچ ہی کہتے ہیں کہ پیسے کمانا آسان ہے سنبھالنا مشکل کیونکہ یقین میں کمی ہو تو بڑی سے بڑی رقم بھی دنوں میں ختم ہو جاتی ہے اور یقین صحیح ہو تو دنوں میں انسان لاکھوں کروڑوں کما لیتا ہے۔ ''اہم یہ ہے کہ ذہنی سکون نہ ہو تو بڑے سے بڑا پیسہ اور کاروبار، سب انسان کسی نہ کسی طریقے سے ضائع کر دیتا ہے۔ جوئے، نشے، جنس پرستی، بے شمار اور برائیاں انسان کو پکڑ لیتی ہیں۔ ذہنی سکون کے لئے عبادت، اچھا گھر کا ماحول اور زندگی میں مقصد ہونا چاہئے۔'' گھر کے ماحول کو ہر حال میں اچھا اور پرسکون رکھیں۔

کام و کاروبار میں انسان کو یقین (faith) اور ذہانت (Logic) قریب قریب رکھ کر چلانے چاہئیں۔ اگر کوئی آدمی ذہانت کو زیادہ آگے لے جاتا ہے اور فیتھ پیچھے رہ جاتا ہے تو وہ شخص گھر جائے گا، اور اگر فیتھ بہت آگے چلا جاتا ہے تو بھی انسان شک و شبہے میں گھر جاتا ہے۔ ان

دونوں کو پاس رکھیں، مگر یقین ہمیشہ کچھ آگے رہنمائی ہی کرتا ہے۔ پھر انسان بڑے مضبوط پاؤں پر کھڑا ہوتا ہے۔ یقین ہی انسان کو آگے لے کر جاتا ہے، لیکن دونوں میں زیادہ وقفہ نہیں ہونا چاہئے۔ گو روحانی معاملوں میں یقین کو کھلا چھوڑ دیں۔ اس میں یقین اور ذہن میں فاصلے کی پروا مت کریں۔

کاروبار میں بچت کے اصول سے ہر آدمی واقف ہے اور بچت کا صحیح جگہ استعمال کرنا ہی کامیاب کاروباری کی نشانی ہے۔ میرے لئے یہ بتانا کہ بچت کو کہاں استعمال کریں کچھ آسان کام نہیں، کیونکہ میں پاکستان کے حالیہ کاروباری حالات کا پوری طرح واقف نہیں ہوں۔ لیکن ساری دنیا میں زمین و جائیداد (Real estate) پر سرمایہ لگانا سب سے عام اور بہتر طریقہ سمجھا جاتا ہے۔ کہیں بھی کچھ کرتے یا سرمایہ لگاتے وقت یہ ذہن میں ہونا چاہئے کہ اہمیت اس بات کی نہیں کہ اس چیز کی ویلیو آج کیا ہے مگر یہ کہ کل کیا ہو سکتی ہے۔ اس میں ایک عام فہم مشورہ میں یہ دے سکتا ہوں کہ مثلاً اگر کل کشمیر کا مسئلہ حل ہو جاتا ہے تو انڈین سرحد (بارڈر) کے ساتھ کی زمینیں بہت مہنگی ہو جائیں گی جو کہ آج کل کوئی بھی خریدنا نہیں چاہتا۔ خصوصاً لاہور یا بڑے شہروں کے قریب والی ایسی زمینیں اور کشمیر کا مسئلہ اگلے چند سالوں میں حل ہونا ہی ہونا ہے۔ شاید بڑی طاقتیں چین کے بعد انڈیا کے ہی پیچھے پڑیں گی۔ مغربی ملکوں میں بینک سے قرضے لے کر پراپرٹی کا کام کرنا بہت ہی فائدے مند کاروبار ہے۔ اس میں پراپرٹی کی قیمتوں پر دھیان رکھیں، انہیں ہر سال تقریباً پانچ فیصد سالانہ (اشیائے ضروریہ کی قیمت کے قریب قریب) بڑھنا چاہئے، مگر یہ ہر سال یکسانیت کے ساتھ نہیں بڑھتیں۔ یہ تین چار سال رکی رہتی ہیں، پھر ایک دو سال جمپ کر کے آگے جاتی ہیں۔ یہ عموماً اس ملک میں موجود پراپرٹی مافیہ کا کام ہوتا ہے۔ جب ان کی قیمت تین چار سال رکی رہے تو وہ پراپرٹی لینے کا وقت ہوتا ہے۔ جیب سے کم از کم پیسہ اور بینک سے زیادہ سے زیادہ پیسہ لے کر پراپرٹی لیں اور اس سے آنے والا کرایہ چاہے سارا کا سارا بینک میں سود میں دینا پڑے۔ ایسی چند ایک پراپرٹیاں لینے والا جب ان کی قیمتیں چڑھتی ہیں تو اس وقت سب کچھ بیچ کر بینک کا قرضہ بے باک کر دے، خود اس کے پاس سب پراپرٹی کی قیمت کا بیس یا ستر فیصد میں سے کچھ جیب میں رہ جائے گا۔

ایسا کام دوسری بار کسی دوسرے ملک میں جائیداد کی قیمت کا جائزہ اور وہاں کرائے کی صورتحال اور گورنمنٹ کی پالیسی کو دیکھ کر کریں، پھر اسے زیادہ بڑے پیمانے پر کیا جا سکتا ہے۔

اس کام کے بڑھنے کی کوئی حد نہیں. آپ اربوں ڈالروں کے ساتھ بھی یہ کام کر سکتے ہیں، تجربہ بڑھتا رہے گا اور معلومات بھی اور ہر بار ہاتھ زیادہ بہتر پڑے گا.

پاکستان میں بہت سے لوگ ٹرانسپورٹ وغیرہ کے کام میں دلچسپی رکھتے ہیں، اس میں اکثر ناکامی ہی ہوتی ہے کیونکہ زیادہ تر لوگ دس بارہ لاکھ کا ٹرک یا بس تین یا چار ہزار روپے مہینہ تنخواہ والے ڈرائیور کے رحم و کرم پر چھوڑ دیتے ہیں. ڈرائیور کو اس کی کتنی پرواہ ہو سکتی ہے اس کے لئے کام کی کوئی کمی نہیں، وہ کہیں اور بھی محنت کر سکتا ہے. یہی اصول آپ نے اور بھی کاموں میں دیکھنا ہے، کوئی بھی ایسی چیز خود موجود ہوں تو لیں یا استعمال کریں. ملازم اس لئے ملازم ہوتا ہے کہ اس میں کوئی کمی ضرور ہوتی ہے ورنہ وہ خود مالک ہوتا، اس پر آپ کتنا کام چھوڑ سکتے ہیں. پاکستان کے اندر کھانے پینے، تعمیرات، کیمیکلز، دوائیوں اور دوسری ضروریات زندگی کی ہمیشہ ضرورت رہے گی، ان میں سرمایہ کاری ہو سکتی ہے. ہر شہر میں اچھے بیکری اور ریسٹورنٹ کی ہمیشہ سے گنجائش رہتی ہے.

ریسٹورنٹ باہر مغرب میں پیسے کمانا کا سب سے مناسب اور بہتر ذریعہ ہے، کیونکہ جب پہلا ریسٹورنٹ کامیاب ہو جاتا ہے تو آپ اس کی ہر شہر میں علیحدہ علیحدہ برانچیں بنا سکتے ہیں. ہر برانچ کی اپنی اپنی علیحدہ ویلیو ہوتی ہے. جیسے ۲۰ برانچیں ہونے کا مطلب ۲۰ ریسٹورنٹ ہونا ہے جبکہ انسان کی اصل محنت پہلے پر ہی ہوئی ہوتی ہے. بیکری وغیرہ کا کام بھی ایسے ہی ہے جو پاکستان میں بخوبی ہو سکتا ہے. کوشش کریں کہ ایسے کام کو ہی شروع کریں جس کے بعد میں اسی طرح پورے ملک یا بہت سی جگہ پر کرنے کے امکانات ہو سکتے ہیں. پاکستان میں کالے دھن کا بڑا حصہ جائیداد، ڈالر اور سٹاک ایکس چینج (Stock Exchange) میں گردش کرتا رہتا ہے، اس میں باقاعدہ پلان کے ساتھ قیمتیں بڑھائی گھٹائی جاتی ہیں. اس میں ڈالر اور فارن کرنسی کا کام عام لوگ بھی کر سکتے ہیں، مگر بڑے شہروں میں پراپرٹی کے کاروبار میں اس چیز کا دھیان رکھیں.

سٹاک ایکس چینج جو ساری مغربی دنیا میں سرمایہ لگانے کا سب سے بڑا ذریعہ ہے، پاکستان میں ابھی اس قابل نہیں ہوا کہ عام لوگ اس میں پیسے لگا سکیں. سٹاک ایکس چینج کے بارے میں کراچی سٹاک ایکس چینج کے ایک سینئر ممبر نے ایک لطیفہ سنایا تھا جو بالکل حقیقت سمجھ لیں کہ شیئرز کی قیمتیں یہاں کیسے بنتی ہیں. ایک گاؤں میں بندر بہت تھے، وہاں پر بندر کی قیمت دس روپے تھی. ایک آدمی باہر کہیں سے آیا اور بندروں کو خریدنے لگ پڑا. اس نے گاؤں کے

سارے بندر خرید لئے، پھر کہنے لگا کہ میں بیس روپے کا بندر لوں گا. لوگوں نے آگے پیچھے سے بندر پکڑ کر اسے بیچ ڈالے. جب مزید بندر ملنے بند ہو گئے تو وہ آدمی کہنے لگا کہ میں تیس روپے کا بندر خریدوں گا. لوگوں نے دور دراز سے بھی بندر پکڑ کر اور مانگ کر اسے بیچ ڈالے. اب وہ کہنے لگا کہ میں چالیس روپے کا بندر خریدوں گا. اب سب لوگوں نے اپنے دوسرے کام کاج چھوڑ دیے اور بندروں کو ڈھونڈنے نکل پڑے. اب وہ آدمی خود گاؤں سے چل دیا. اپنے نوکروں کو کہہ گیا کہ جو بھی بندر جمع کئے ہیں انہیں تیس روپے کے ان لوگوں کو بیچتے جاؤ.

پیسے و کاروبار کا موضوع بہت وسیع اور اہم ہے اس پر میں نے اہم معلومات آپ کو بہم پہنچانے کی کوشش کی ہے، مگر باتیں بہت زیادہ اور لمبی ہو گئی ہیں. اب مختصراً اہم ترین چیزیں دوبارہ دھرا رہا ہوں. ا. یہ یقین ہونا کہ میں اتنے پیسے (حسب ضرورت ہزاروں یا لاکھوں) کما سکتا ہوں، اس قابل ہوں، سب سے اہم ہے. اگر یہ یقین ہو تو کنگال آدمی بھی پیسے کما لے گا، اس کو کوئی نہ کوئی پیسے لگانے والا Investor مل ہی جائے گا. یا اگر اس کے پاس کاروبار شروع کرنے کی رقم موجود ہے تو کوئی اچھا پارٹنر یا ایڈوائزر مل جائے گا. اس یقین کو بنانے پر سب سے زیادہ توجہ دیں، اس پر غور و فکر کریں، اسی سلسلے میں ضرورت ہو تو کچھ عملی تجربہ کریں، دعا و اذکار کی مدد لیں، یہی کاروبار میں آپ کی بنیاد ہے. یہ یقین نہ ہو تو بہت بڑی رقم لیکر بھی کاروبار شروع کرنے میں نقصان ہونے کے بہت زیادہ امکانات ہوتے ہیں، جس کی سب سے زیادہ امکانی صورت غلط صلاح کار، پارٹنر یا ملازمین ہو سکتے ہیں. یہ یقین ملنے کے بعد خود بخود راستے کھلتے چلے جائیں گے.

۱. اگر آپ اپنی توانائی کو محدود سمجھتے ہیں (روحانی توانائی کو) تو پھر اسے ایک چیز میں لگا لیں. اس یقین کو پکا کرنے کے لئے اکثر ایک آدھ کاروبار کا عملی تجربہ (چاہے چھوٹے پیمانے پر ہی ہو) کرنا پڑتا ہے، یہ یقین ایک دفعہ آ جائے تو پھر آسانی سے نہیں جایا کرتا.

۲. اگر اس کام کا تجربہ نہیں تو پہلے چھوٹے پیمانے پر یہ کام کریں. شروع میں ہر کام کو خود جا کر دیکھیں، کم از کم ایک بار ہر کام کو ہاتھ سے کر کے دیکھیں. اصول یہ ہے کہ جب شعور اور لاشعور آپس میں ترتیب (tune) میں ہوں تو پھر انسان کو کوئی خطرہ نہیں. ان دونوں کے ٹیون میں نہ ہونے کی صورت میں نقصان ہوا کرتا ہے. انسان اسی

وجہ سے (لاشعور کے مکمل تعاون نہ ہونے کی وجہ سے) گھبرانے والا، جھجکنے والا اور فیصلہ نہ کر سکنے والا ہوتا ہے۔ لاشعور مکمل معلومات ملنے، کچھ وسائل ہونے اور ہر کام ہاتھ سے کرنے یا کم از کم دیکھ لینے کے بعد شعور کیساتھ tune میں آ جاتا ہے۔

۳. یہ سوچیں کہ مستقبل میں کس کام میں وقت صرف کریں گے۔ اس کا واضح فیصلہ کر لیں، اسے لکھ لیں، اس کو تصور میں (visualize کریں) دیکھیں۔ اس کے لئے دعا وغیرہ کریں (درود شریف بھی پڑھا کریں، خصوصاً درود ابراہیمی) پھر بہت جلد آپ اسے کامیابی سے کر رہے ہوں گے (دعا و اذکار کسی خود بخود کے پیر یا استاد سے نہ لیں) تصور میں خود کو منزل پر پہنچا ہوا دکھانا ہے، آدھے راستے میں یا قریب پہنچا ہوا نہیں، بلکہ وہ کام پوری کامیابی اور بڑے پیمانے پر کرتے ہوئے۔

۴. پر امید (optimistic) اور کامیاب لوگوں سے ملا کریں۔ انھیں لوگوں سے صحیح مشورہ ملے گا اور آپ ایسے بن جائیں گے۔ نا امید رہنے والے (pessimist) اور ہارے ہوئے لوگوں سے بچیں، یہ احتیاط بہت لازمی کرنی ہے۔ اپنے قریبی دوسرے لوگوں میں جو بہت کمزور یقین والے یا بدقسمت (جیسے پیچھے بیان شدہ کہانی میں شریف نما) لوگ ہیں، شروع دنوں میں ان کی مدد کا نہ سوچیں۔ بہت زیادہ لوگ ایسے لوگوں کی مدد کا سوچ سوچ کر ہی خود کو ناکام بنا لیتے ہیں کیونکہ خود ان کے یقین سے دوسروں کی بدیقینی زیادہ طاقتور ہوتی ہے، اپنے گھر والوں اور پارٹنروں کا یقین لازمی بڑھائیں۔

۵. اپنے کام کو اہم سمجھیں۔ اگر ہو سکے تو اپنے کام کو لوگوں کی بھلائی سمجھ کر کریں اور ایسا "مانیں" پھر آپ اس میں بہت کامیاب رہیں گے، کم از کم اپنے کام (چاہے کچھ بھی کرتے ہوں) کی ریسپیکٹ کریں۔ اس میں پوری دلچسپی لیں، دلچسپی نہیں رہی تو یہ چھوڑنا ہی بہتر ہے۔

۶. کام کے دوران اس پر غور و فکر کا کچھ وقت ضرور مخصوص کیجئے۔ اس لئے فارغ وقت میں بہتر ہے کاغذ پنسل لے کر بیٹھیں۔ اس سے آپ کو یہ بھی معلوم ہوتا رہے گا کہ آپ کہاں کھڑے ہیں اور کس طرف جا رہے ہیں اور کیوں جا رہے ہیں۔

۷. زکوٰۃ و صدقات دیا کریں، یہ چیزیں برکت کا باعث ہوتی ہیں اور خطرات

سے بھی بچاتی ہیں۔ نیکی کرنا انسان کو اندرونی طاقت دیتا ہے، جو ہمیں کامیابیوں کی طرف لے جاتی ہے۔

۸. کوئی بھی صورتحال ہو، اس سے متاثر (impress) نہ ہوں۔ کسی بھی مشکل سے ایمپریس ہونا اس میں ناکامی کے دروازے کھول دیتا ہے۔ جبکہ مشکل کو معمولی سمجھنا اور ایمپریس نہ ہونا اس کے حل کی طرف لے جاتا ہے۔ کسی بھی چھوٹی سی چیز سے متاثر ہو جائیں تو وہ بڑی اور اہم لگنے لگ پڑتی ہے چاہے اور وہ روحانیت کا میدان ہو یا مادی دنیا کا۔ اسی طرح بڑی سے بڑی چیز یا شخصیت سے متاثر (امپریس) نہ ہوں تو وہ چھوٹی لگتی ہے اور آپ پر اثر بھی نہیں کرے گی۔

۹. ہر کام میں اچھی "ساکھ" والا ہی کامیاب ترین ہوا کرتا ہے۔ ساکھ بندے کے لئے بنک کا سا کام کرتی ہیں۔ یہ ایک آدھ بار نقصان اٹھا کر بھی دوسروں کو حسب وعدہ پیسے واپس کئے بغیر نہیں بنا کرتی، یہ قربانی دینی ہی پڑتی ہے۔

۱۰. اگر ہو سکے تو ایسا کام چنیں جو آپ کو پسند ہو اس میں آپ کے ترقی کے امکانات بھی ہوں، یہی صحیح چوائس ہوتی ہے۔ اکثر لوگ ایسا کام (گو اکثر مجبوریوں کی وجہ سے) چن لیا کرتے ہیں جو فائدے والا تو ہوتا ہے مگر ان کی پسند کا نہیں ہوتا۔ اس قسم کے کام میں انسان زیادہ عرصہ نہیں رہ سکتا، یہ صحیح چوائس (CHOICE) نہیں ہوا کرتی۔

۱۱. باقی سب کام و دلچسپیاں چھوڑ کر پیسے اور کاروبار کے بارے میں سوچنا اور غور و فکر کرنا کاروباری ترقی کے لئے لازم ہے۔ کاروبار کا پورا پلان بنائیے بہتر ہے یہ پانچ سالہ ہو پھر باقی سب اپنے من بھاتا کاموں میں دلچسپیاں ختم کر کے صرف اپنے کاروبار پر ہی غور و فکر کریں گو کامیابی آپ کی ہوگی۔

صحیح بخاری میں موجود حدیث پاکؐ ہے کہ بار بار پیسے مت گنا کرو ورنہ اللہ بھی گن گن کر دیتا ہے۔ اس کی دلیلی وجہ یہ ہوتی ہے کہ پھر انسان انہی چھوٹے چھوٹے چکروں میں پڑا رہتا ہے، اسی کے گرد گھومتا رہتا ہے انسان کا ذہن ویسے بھی چیزیں دہرانے اور بار بار وہی چیزیں کرنے میں آسانی محسوس کرتا ہے اور اس کا عادی بھی ہوتا ہے۔ اس لئے انسان کو چاہئے کہ نئی نئی چیزیں کیا کرے۔ ایسے ہی چھوٹی چھوٹی چیزوں کے آس پاس گھومتے رہنے (جیسے تھوڑی رقم کے

انعامات، جوئے وغیرہ) سے بھی بچنا چاہئے۔اسی طرح انسان کو دوسرے چھوٹی چھوٹی باتوں (یا چھوٹے لوگوں والی باتوں) سے بھی بچنا چاہئے۔ان کی لسٹ خاصی لمبی ہے غور کرنے والے اس میں بہت سے چیزیں اور باتیں ڈھونڈ سکتے ہیں، گو بڑی چیزوں کے بارے میں بار بار سوچا جا سکتا ہے۔ ماضی کے ہونے والے نقصانات کے بارے میں سوچنے سے بھی انسان وہاں ہی کھڑا رہ جاتا ہے اور ترقی نہیں کر پاتا، اس کے بارے میں بھی مت سوچیں۔لاشعور کا اصول یہ ہے کہ اگر آپ نے اپنے کاروبار کے دوران اسے کامیابی دکھاتے رہے تو پھر کامیابی آپ کی ہو گی اور اگر ڈر یا ناکامی دکھائے ہے تو وہ حکم سمجھ کر آپکو اس کے پاس پہنچا دیگا۔اس لئے ہر حالت میں اپنا فوکس کامیابی ہی رکھیں، اپنے کمزور پہلوں پر شروع سے ہی اچھی طرح غور وفکر کر کے اس کا حل ڈھونڈیں سوچنا بہت کم کر دیں یا ختم کر دیں پھر فوکس کامیابی پر ہی رکھیں۔

کسی سیانے کی بات ہے کہ اگر انسان کسی چیز کی تلاش میں ایک جگہ سے گزرا ہے اور اسے وہ چیز نہیں ملی تو وہ اس چیز کی تلاش میں دوبارہ اسی گلی سے نہ گزرے، بلکہ دوسری جگہ پر ڈھونڈے۔کاروبار میں بھی انسان کو سب سے پہلے اور سب سے زیادہ اہمیت اسی چیز کو دینی چاہئے کہ آپ اتنا روپیہ (رقم حسب ضرورت وخواہش کچھ بھی ہوسکتی ہے) کمانے کے قابل ہیں۔ جب آپ خود کو اس قابل مان لیں گے تو پھر بے شمار امکانات اور راستے خود ہی نکل آئیں گے اور اگر آپ خود کو اس قابل نہیں مانتے ہیں تو پھر چاہے ساری دنیا آپ کی مدد میں لگی رہے اور آپ کے پاس کتنا ہی سرمایہ کیوں نہ ہو آپ کامیابی سے کاروبار نہیں کر پائیں گے، ہمیشہ کہیں نہ کہیں کوئی غلطی کر کے پھنس جائیں گے۔کیونکہ آپ نے اپنے بازو خود ہی آگے کر کے خود کو پیسے سے دور روک لیا ہوتا ہے۔اس پر شروع میں ہی آدھی سے زیادہ توجہ دیں۔ جب کہ خود کو اس قابل ''مان لینے'' کے بعد خود بخود راستے، مددگار، صحیح ملازم، ایڈوائز، پیسہ، سب کچھ بندوبست ہوتا چلا جائے گا۔

٭اپنے کاروبار کو ترقی دینے کے لئے آپ ہر روز ایک چھوٹا سا قدم مزید لیا کریں۔

٭ایک بڑی نصیحت یہ ہے کہ حسد سے ہر حال میں بچیں، اس کو رشک میں تبدیل کریں حاسد آدمی شاذ و نادر ہی کامیاب ہوا کرتا ہے۔



باب نمبر ۲۵

رزق حلال

آپ روحانیت میں جتنی بھی محنت کرتے رہیں، اگر آپ کا رزق حلال نہیں ہے تو پھر آپ کی ترقی میں رکاوٹ ہی رہے گی۔ ہمارے ملک کے حالات میں رزق حلال کے ساتھ رہنا آسان نہیں ہے، لیکن آج بھی یہاں ایسے لوگ ہر جگہ اور ہر محکمے میں موجود ہیں جو ہر حال میں رزق حلال پر قانع ہیں۔ مجھے مختلف شہروں میں مختلف طبقوں میں ایسے لوگوں کو ملنے کا اتفاق ہوا ہے، یہ ہر جگہ پر موجود تھے اور ہیں۔غالباً انہیں لوگوں کی وجہ سے ابھی تک ہمارا ملک بچا ہوا ہے ورنہ شاید حضرت نوحؑ کی قوم کی طرح اس کا حشر ہوتا (گو ان لوگوں کی تعداد ہمارے ملک میں بہت کم ہے) قرآن میں گناہ کبیرہ کے بارے میں سورۃ البقرہ میں ہے۔

> ''اے ایمان والو نہ کھاؤ مال ایک دوسرے کے آپس میں ناحق مگر یہ کہ تجارت ہو آپس میں خوشی کی (یعنی چوری یا مال غصب کرنا منع ہے) اور نہ کرو خون آپس میں بے شک اللہ تم پر مہربان ہے اور جو کوئی یہ کام کرے تو ہم اس کے ڈالیں گے آگ میں اور یہ اللہ پر آسان ہے (۳۰) اور اگر بچتے رہو گے ان چیزوں سے جو گناہوں میں بڑی ہیں تو ہم معاف کر دیں گے تمہارے چھوٹے گناہ اور داخل کریں گے تم کو عزت کے مقام میں'' (۳۱)

ہم پاکستانیوں کے لئے سوچنے والی بات ہے کہ ہم نے ہر جائز اور ناجائز طریقے سے مال کمانا اور کھانا جائز سمجھا ہوا ہے، بلکہ شاید ہمارا اسلام صرف حلال طریقے کی شادی پر ہی محدود ہو کر رہ گیا ہے اور پھر اپنی اولاد کو بھی اسی کبیرہ گناہ کی کمائی سے پالتے ہیں۔ آج کل ہمارے ملک میں رزق حلال کما کر بمشکل گزارا کرنے والا اور رشوت وحرام کمائی کی سکت اور موقع ہونے کے باوجود نہ لینے والا آدھا ولی ہوتا ہے۔بس اس کو تھوڑا اور اللہ کی طرف چلنا پڑتا ہے، پھر اللہ خود ہی اس کی مدد کرتا ہے۔

یہ میرا دعویٰ ہے۔بس ساتھ یقین مضبوط اور اللہ پر توکل ہونا چاہئے۔

آپ کا رزق اللہ کے ہاتھ میں ہے، آپ صرف بے صبری اور کم یقینی کی وجہ سے سمجھتے ہیں

کہ گزارا یا آمدنی صرف حرام سے ہی ہو سکتی ہے. یہ آپ کی خام خیالی ہے. اس کی وضاحت کے لئے پیچھے صبر اور یقین کامل کے باب کو دیکھ لیں. رزق خود آپ کو تلاش کرتا ہے، ہماری غلطی یہ ہے کہ خود اس کو تلاش کرنے میں گھبرائے بھاگتے پھر رہے ہوتے ہیں. صرف یقین کو مضبوط کیجئے. گو کوشش کرنا بھی ہمارا فرض ہے. لیکن پر امید ہو کر اور مثبت سوچ کے ساتھ کوششیں کریں اور صبر سے بھی کام لیں.

حدیث پاک (بخاری) میں اس بات کو واضح طور پر بتایا گیا ہے. آپ ﷺ نے فرمایا کہ کوئی شخص دنیا سے اپنا رزق پورا کئے بغیر نہیں جائے گا لہٰذا اللہ سے ڈرو اور رزق حلال حاصل کرو. حدیث پاک (بخاری) میں ہی لکھا گیا ہے کہ جس کے نصیب میں جو کچھ ہو وہ اسے مل ہی جایا کرتا ہے. (دراصل ایک نصیب وہ ہوتا ہے جو ہر حالت میں ملتا ہے دوسرا وہ جو کوشش کرنے سے بڑھتا ہے). انہی دو حدیثوں کو سمجھ کر آپ کو یہ معلوم ہو جائے گا کہ ہر شخص کا رزق خود اس کے پاس کیسے آ جایا کرتا ہے.



باب نمبر ۲۶

خوراک، صحت اور کھیل

ہم وہی کچھ ہیں جو ہم کھاتے پیتے ہیں.

مجھے بچپن سے sports (کھیلوں) کا شوق تھا، خصوصاً اتھلیٹکس باکسنگ کراٹے وغیرہ کا. یورپ ۱۹۷۷ میں پہنچا. یہاں محدود سے چند پاکستانی تھے جو سپورٹس کا شوق رکھتے تھے، ان میں ایک میں تھا. مجھے ایمسٹرڈیم کے پرانے لوگ ابھی تک ''قمر پہلوان'' کے نام سے ہی جانتے ہیں.

یورپ میں اسپورٹس کے مواقع ہمارے ملک کی نسبت خاصے زیادہ ہیں. پھر یہاں زیادہ روپیہ پیسہ ہونیکی وجہ سے خوراک کی کوئی کمی نہیں ہے، ہر چیز خالص اور جتنی مقدار میں چاہو مل جاتی ہے. ہالینڈ میں زراعت کا نظام دنیا کا جدید ترین مانا گیا ہے. یہاں کی آبادی ڈیڑھ کروڑ ہے جبکہ اس ملک کا رقبہ ۱۶ ہزار مربع میل ہے. یہاں کی آبادی پاکستان سے تقریباً نو گنا کم ہے جبکہ رقبہ کوئی بیس گنا کم ہے. بنگلہ دیش کے بعد یہ دنیا کے بڑے ملکوں میں سب سے زیادہ گنجان آبادی والا ملک ہے، اسکے باوجود یہ بہت ملکوں کو خوراک ایکسپورٹ کرتا ہے. میں یہاں خوراک سے بڑا متاثر تھا کیونکہ خصوصاً دودھ دہی پنیر کی کثرت ہے، اسکی قیمتیں یہاں بہت کم ہیں، یعنی تنخواہ و آمدنی کے حساب سے. اسکے ساتھ ہی ہر چیز کی بہت سے مختلف قسمیں ملتی ہیں، جیسے پنیر آپ کو تقریباً سو قسم کا ملے گا، یہی حال دوسری چیزوں کا ہے.

ڈچ قوم دنیا میں سب سے قد آور قوم ہے. یہاں ہر مرد چھ فٹ لمبا ہے، یہاں پر اگر کوئی 6 فٹ 2 انچ (190-cm) لمبا ہے تو اسے لمبا نہیں کہتے. یہاں لمبا آدمی 6 فٹ 4 انچ سے اوپر شروع ہوتا ہے عورتوں کی لمبائی تقریباً اتنی ہے جتنی ہمارے ملک کے عام علاقوں میں مردوں کی ہے.

میں سپورٹس کا بہت شوقین ہونے کی وجہ سے اس کھوج میں تھا کہ اگر یہ اتنے لمبے چوڑے ہیں تو پھر لازمی ان کی خورک میں کوئی ایسی چیز شامل ہو گی جو کہ صحت مند اور قد کاٹھ بڑھانے کے لئے اچھی ہے. میں یہ چاہتا تھا کہ مجھے معلوم ہو کہ وہ کیا شے ہے تو پھر اپنے ملک میں بھی اس چیز کا رواج ڈالا جائے. یہ تلاش شروع ہوئی اس میں بڑی دلچسپ چیزوں سے واسطہ پڑا. کوئی کچھ بتاتا تھا کوئی کچھ اور بتا دیتا تھا. پہلے کسی نے بتایا کہ ان کے بڑے قد کاٹھ کی وجہ دودھ اور پنیر

ہے جو کہ یہ کھلا استعمال کرتے ہیں۔ یہ بات بظاہر بالکل صحیح تھی۔ کیونکہ میں نے دیکھا تھا کہ پاکستان میں بھی زمیندار لوگ اور گجر وڈوگر جن کے پاس گائے بھینس ہوتی ہیں، وہ دوسرے تمام لوگوں کی نسبت زیادہ قد آور ہوتے ہیں۔ میں نے یہی بات مختلف ڈاکٹروں اور دوسرے سمجھدار لوگوں سے کی' ان میں سے اکثریت نے اس کی تائید کی ان میں ایک انگریز ڈاکٹر ایسا بھی ملا جو کہ پاکستان، انڈیا، بنگلہ دیش اور افریقہ کے مختلف ملکوں میں کئی کئی سال رہ چکا تھا۔ پاکستان میں بھی وہ تقریباً تین سال رہا تھا۔ وہ کہنے لگا کہ سوڈان کے شمال میں کچھ قبیلے رہتے ہیں جو کہ گائیوں کے ریوڑ رکھتے ہیں' ان میں عام لوگوں کا قد ساڑے چھ فٹ سے اوپر ہے، ان میں کافی لوگ سات فٹ تک بھی چلے جاتے ہیں۔ ان کی گزر اوقات گائے وغیرہ کے دودھ پر ہے، غالباً اسی لئے اتنے غریب ملک سے تعلق رکھنے کے باوجود اتنے قد آور ہیں۔ یہی بات مجھے سوڈان کے کچھ لوگوں نے بھی بتائی سوڈان کے شمال میں مسائی اور ڈنکا قبائل رہتے ہیں جو کہ بڑے قد آور ہیں، ان میں ڈنکا خصوصاً بہت لمبے ہوتے ہیں۔

مجھے اپنی تلاش میں کچھ کامیابی ہو چکی تھی۔ مزید پوچھ گچھ کی تو پتہ چلا کہ فرانس اور اٹلی والے بھی دودھ اور پنیر بہت استعمال کرتے ہیں اور 1980ء تک ان میں مردوں کا اوسط قد 5 فٹ 4 انچ (165cm) سے زیادہ نہ تھا۔ اس لئے مجھے دودھ اور پنیر کو چھوڑ کر کسی اور شے کو تلاش کرنا پڑا۔ اس دوران میں کسی نے بتایا کہ ان ملکوں میں آلو بہت کھایا جاتا تھا اور آلو میں آئرن اور دوسری غذائیات ہوتی ہیں جو جسم کی نشوونما کے لئے بہت مددگار ہیں۔ یہ بات بظاہر صحیح لگتی تھی کہ آلو یہاں پر روٹی کی جگہ پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ آلو کو مکمل غذا بھی کہا جاتا ہے۔

جب مزید پوچھ گچھ کی تو پتہ چلا کہ آئرلینڈ اور سکاٹ لینڈ کے لوگ آلو خوراک میں کثرت سے استعمال کرتے ہیں۔ ان دونوں ملکوں کے لوگ شروع سے پستہ قد رہے ہیں، حالانکہ دودھ پنیر وغیرہ بھی وہاں کافی استعمال ہوتا ہے۔ مجھے آلو اور اس کے قد کاٹھ سے تعلق کا خیال بھی ترک کرنا پڑا۔ تلاش جاری رہی۔ اس دوران مجھے اندازہ ہوا کہ ان ملکوں میں صنعتی کاشتکاری Industrial Farming ہوتی ہے اور اس میں کوشش یہ کی جاتی ہے کہ کم سے کم وقت میں اور کم سے کم زمین میں زیادہ سے زیادہ خوراک پیدا کی جائے۔ اس سلسلے میں ان سب ملکوں میں ایسی دوڑ شروع ہو چکی ہے جو کہ دن بدن بڑھتی ہی جا رہی ہے۔ اس سلسلے میں سب سے زیادہ ترقی ۱۹۷۵ء کے قریب ہوئی، یہی وہ وقت تھا جب کہ یورپین لوگوں کا قد کاٹھ (سائز) بڑا ہونے کی

یہی سب سے بڑی وجہ ہے۔

اس کا اثر لوگوں پر کیسے ہوتا ہے، اس کی مثال آپ مرغی سے لے سکتے ہیں۔ پاکستان میں ہر گھر میں کبھی نہ کبھی مرغیاں پالی جاتی ہیں۔ اس میں دیسی مرغیاں (جن کو آپ قدرتی مرغی میں گن سکتے ہیں) چھ ماہ کی عمر میں اپنے پورے قد کو پہنچتی ہیں جب کہ یورپ اور مغرب میں چار یا ۶ ہفتے میں مرغی کا دو کلو وزن کر لیا جاتا ہے۔ مغرب میں سور کثرت سے کھا جاتا ہے چین میں سور کی ایسی قسمیں ہیں جو کہ زیادہ نیچرل قسمیں شمار کی جا سکتی ہیں، یہ تین سال کی عمر میں اپنے پورے قد کو پہنچتے ہیں جب کہ یہاں کھانے میں استعمال ہونے والا سور چھ ماہ میں قد کاٹھ پورا کر لیتا ہے، اس کی پرورش بھی خاص فارموں میں فارمی مرغی کی طرح کی جاتی ہے۔ اوپر بیان کردہ دونوں چیزوں میں تجربات کر کے ایسی قسمیں بنالی گئی ہیں جو کہ کم سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ گوشت مہیا کر سکیں۔ ان فارموں میں ان جانوروں کی حالت قابل رحم ہوتی ہے، ان کو چھوٹے چھوٹے ڈبوں میں رکھا جاتا ہے اور یہ خیال رکھا جاتا ہے کہ یہ زیادہ بھاگیں دوڑیں نہیں، ورنہ ان کا وزن کم ہو جائے گا۔

یورپ اور مغرب میں بھیڑوں اور گائیوں کے ساتھ بھی یہی ہو رہا ہے، خصوصاً بھیڑیں ماضی کی نسبت آدھے وقت میں جوان ہو جاتی ہیں۔ اسی طرح سبزیوں اور دوسری فصلوں میں بھی یہی ہوتا ہے۔ مثلاً ہالینڈ و بلجیم میں کسانوں کو جو پنیری فراہم کی جاتی ہے۔ وہ گلاس ہاؤسز (جو یہاں پچاس ساٹھ سال سے زیر استعمال ہیں) میں بیج لگا کر اگائی جاتی ہے یہ آج سے تیس چالیس سال پہلے کی نسبت ۳ یا ۴ گناہ کم وقت میں تیار کی جاتی ہے، اس کو پلاسٹک پر کھاد وغیرہ ڈال کر اگایا جاتا ہے۔ اسی وجہ سے یہاں یورپ امریکہ وغیرہ میں لوگوں کے قد کاٹھ اور جسم بہت بڑھ چکے ہیں۔ میری اس بات کی تائید کچھ ماہر ڈاکٹروں نے بھی کی جو اس ''راز'' سے واقف ہیں۔ یہاں پر پبلک کو اس بات سے بے خبر رکھا جا رہا ہے۔ پورے یورپ خصوصاً ہالینڈ وغیرہ میں اسی وجہ سے لوگ صحت کے بارے میں عجیب عجیب پیچیدگیوں کا شکار ہو گئے ہیں۔ انسان کا جسم جو لاکھوں سالوں سے ایک فریم کے لئے تھا جو کہ عموماً ۵ فٹ ۷ انچ قد اور تقریباً ۶۵ کلوگرام وزن تھا، گو کچھ ملکوں میں یہ تھوڑا کم یا ایک آدھ انچ زیادہ تھا، اب اچانک قد اور جسم دونوں بڑھ گئے طبی سائنس میں اگر کسی آدمی کا باڈی بلڈنگ کے ساتھ بھی چھاتی کا سائز ایک انچ بڑھ جاتا ہے تو ہمارے خون کو کئی سو کلومیٹر زیادہ فاصلہ طے کرنا پڑتا ہے، جو کہ طبی اصطلاح میں موٹاپا ہی

کہلاتا ہے۔اس طرح اگر کسی کا قد بھی بڑھ جاتا ہے تو اس کا اثر بھی ہر چیز پر پڑتا ہے، خصوصاً ہمارے دل کو زیادہ کام کرنا پڑتا ہے۔ بلکہ اونچائی میں قد بڑھنے سے دل کو خاصہ زیادہ کام کرنا پڑتا ہے اور کمر کے جوڑوں پر دباؤ زیادہ ہو جاتا ہے۔اس چیز کا اثر اسرائیل میں بھی دیکھا گیا ہے، وہاں بھی زراعت اسی طرح ہوتی ہے۔ یہودی جو بنیادی طور پر ہمیشہ پستہ قد بھی ہیں اب کافی بڑھ رہے ہیں۔ اسی چیز کی مثال پاکستان میں کراچی میں ہے۔ وہاں جو لوگ اکثریت میں آ کر آباد ہوئے (وہ انڈیا سے آئے) ان کے قد کاٹھ خاصے چھوٹے تھے، اب ان کی اولادیں ان سے چھ چھ انچ لمبی ہو چکی ہیں۔کراچی میں بھی بچوں کا دودھ اور مرغی باہر کے ملکوں سے آتی ہے۔اس چیز کا اثر باقی پاکستان میں بھی ہوا ہے لیکن کراچی میں آپ اس کا واضع اثر دیکھ سکتے ہیں۔گائے بھی بچھڑے کو دودھ پلانے کے لئے بنی ہے نہ کہ پورے محلے کو۔اس کا چھ سات کلو دودھ قدرتی طور پر ہونا چاہئے ولائتی گائیں تیس تا چالیس کلو دودھ دیتی ہیں (یہ ہالینڈ وغیرہ کی اوسط ہے)۔ظاہر ہے اس کا دودھ پینے والے پر اس کا اثر ضرور ہوگا۔گائے کو زیادہ دودھ دلانے کے لئے Female Harmones دیے جاتے ہیں جن کا دودھ میں اثر آ جاتا ہے اور بچے بھی قد آور مگر کم توانائی والے ہوتے ہیں مغرب میں بچے کو ماں کا دودھ کم ہی ملتا ہے۔

مغرب میں اب لوگوں کو صحت سے متعلق عجیب عجیب پیچیدگیاں ہو رہی ہیں، خصوصاً اس کا تعلق سیکس وغیرہ سے ہے۔ بے شمار لڑکیوں کو بچے نہیں ہو رہے اور جو بچے پیدا ہوتے ہیں ان میں بہت سے بچے صحت مند نہیں ہوتے۔ لمبے قد کے آدمی کو بڑھاپے میں کمر وغیرہ کے درد کی اکثر شکایت ہو جاتی ہے، چھوٹے قد کا آدمی اس سے بچا رہتا ہے۔امریکہ میں جو لوگ یورپ سے جا کر آباد ہوئے ان میں سے اکثریت سکاٹ لینڈ آئیر لینڈ اور فرانس سے آئی تھی جو سب چھوٹے قد والی قومیں ہیں، اس وقت دنیا میں سب سے زیادہ موٹاپے کا شکار امریکی قوم ہے میرے خیال میں دنیا میں ترقی یافتہ قوموں میں سے سب سے غلط خوراک یہ لوگ کھاتے ہیں جو کہ زیادہ تر hamburger hot dog اور کوکا کولا اور سفید بند پر مشتمل ہوتی ہے۔امریکہ کی خوراک نے کالے امریکنیوں negroes جیسی صحت مند قوم کو بھی موٹاپے کا شکار کر دیا ہے جو کہ بنیادی طور پر بہت صحت مند اور فٹ رہنے والی قوم ہے۔امریکہ میں عام موٹوں کی حالت اتنی بری ہے کہ وہ گھروں سے ہی نہیں نکلتے۔ایسے موٹے لوگ آپ کو اور کہیں نظر نہیں آئیں گے۔ امریکہ والے غلط خوراک کھاتے ہیں، ان کے Hamberger وغیرہ اور کھانے کی سب چیزیں

سائز میں خاصی بڑی ہوتی ہیں۔

میرے بلجیم کے ایک گورے دوست نے مجھے ایک ٹی وی پروگرام کا بتایا جس میں یہ بات ہو رہی تھی کہ سال 2010ء میں اسی خطے میں مردوں کے جنسی مادہ میں بچہ پیدا کرنے کی بہت ہی کم مقدار رہ جائے گی، 90% مرد اس سے بالکل محروم ہو جائیں گے۔ڈاکٹر اس کی وجہ تلاش کر رہے ہیں۔اس کی تھوڑی بہت وجہ یہاں کی زیادہ مصروف زندگی اور کم ذہنی آرام بھی ہے، لیکن اس کا زیادہ تعلق کھانے پینے کی چیزوں سے ہے۔

قد کاٹھ بڑھنے کا تھوڑا سا تعلق پیسے اور اچھی خوراک سے بھی ہے کہ اب دنیا کے مختلف ملکوں کی چیزیں ہر ملک میں مل جاتی ہیں اور ہر شخص جو چیز چاہے کھا سکتا ہے، مگر بنیادی طور پر اس کی وجہ انڈسٹریل فارمنگ ہے۔قد کا تعلق اکثر علاقے کے پانی سے بھی ہوتا ہے۔ یورپ اور مغرب کے ملکوں میں یہ خوراک وغیرہ کی جو بے قاعدگیاں ہوئی ہیں اس کا اثر اب سے آٹھ دس سال کے بعد زیادہ سامنے آئے گا جب یہ چیزیں استعمال کر کے بڑے ہونے والے لوگ بڑھاپے کے قریب پہنچیں گے۔

یورپ کے اکثر ملکوں میں بچیوں میں بلوغت کی عمر (پیریڈ کا وقت) 9 سال کے لگ بھگ آ گئی ہے، جو کہ پہلے 13 سال ہوتی تھی۔ پاکستان اور برصغیر پاک و ہند کے رہنے والے لوگوں کے بچوں پر اس خوراک کا کم اثر ہوا ہے کیونکہ ہم کھانے کی چیزوں کو بھون بھون کر اس کی غذائیت اور اس کے نقصان دینے والے مادے بھی ختم کر دیتے ہیں، ہمارے کھانا پکانے کا طریقہ ہی ایسا ہے۔جن ملکوں میں کھادیں وغیرہ کم استعمال ہوتی ہیں جیسے تیسری دنیا کے ممالک، وہاں یہ طریقہ غلط ہے، مگر مغرب کے ترقی یافتہ ملکوں میں یہ اچھا طریقہ ہے۔ پاکستان میں ملاوٹ والی خوراک عام ہے اس لئے یہاں بھی عام لوگوں کو اسے خوب پکا کر کھانا چاہئے۔ سبزیوں میں موجود کیمیکلز وغیرہ کا اثر پکانے سے ختم ہو جاتا ہے مگر گوشت میں یہ اثر ختم نہیں ہوتا، خصوصاً ولائتی مرغی (Brailer) کھانا چھوڑ دینا ہی اس کا علاج ہے۔ پاکستان میں مرغی خانوں میں بہت زیادہ دوائیاں استعمال ہوتی ہیں۔اگر مرغی ذبح کر کے دیکھا جائے تو اس کے جوڑوں وغیرہ میں بھی کچی چربی ملے گی۔امریکہ اور یورپ میں لوگوں کے موٹے ہونے کی بڑی وجہ جسم میں حیاتی توانائی کی کمی بھی ہے۔جسم اچانک بہت بڑھ گئے ہیں توانائی کم ہے، اس کے نتیجے میں نظام ہضم اور Metabolism کمزور ہو گیا ہے جس کی وجہ سے لوگوں کی اکثریت خوراک اور کیلوریز

کا خاصا علم ہونے کے باوجود موٹاپے کا شکار ہے. ان کی خوراک صحیح طرح جزوبدن نہیں بنتی.

اب ہم اپنی خوراک کی طرف آتے ہیں. اس میں پہلی بات تو یہ ہے کہ ہماری خوراک صحیح نہیں. ہمارے ملک میں ہر دوسرا آدمی آدھا حکیم ہوتا ہے، لیکن بہت سی بنیادی چیزوں کا ڈاکٹروں سمیت کسی کو پتہ نہیں. مثلاً پاکستان میں 90 فی صد سے زیادہ لوگوں کا معدہ کسی نہ کسی خرابی کا شکار ہے، اس کی وجہ کیا ہے؟ بہت سے ڈاکٹروں سے پاکستان میں بات ہوئی، کوئی کچھ بتاتا تھا کوئی کچھ. کوئی اس کی وجہ ذہنی پریشانیاں اور سکون کا نہ ہونا بتاتا تھا اور کوئی مرچیں اور خوراک کی ملاوٹ.

یہ سب باتیں صحیح تھیں، لیکن اصل وجہ جس کی وجہ سے اتنے زیادہ لوگوں کے معدے خراب ہیں وہ پانی ہے، جی ہاں "پانی" اس خرابی کی وجہ یہ نہیں کہ یہاں صاف پانی نہیں ملتا (جو کہ واقعی ایک پرابلم ہے)، بلکہ یہاں پر لوگ پورا پانی نہیں پیتے. ہمارے جسم کو دو لیٹر پانی کی ضرورت ہر روز ہوتی ہے. ہم لوگ گرمیوں میں تو دو کی بجائے تین لیٹر پانی بھی پی لیتے ہیں جو کہ اچھی بات ہے. زیادہ پانی پینے سے معدے اور جسم کی صفائی ہوتی رہتی ہے اور زخم وغیرہ نہیں بننے پاتے.

مگر ہم لوگ سردیوں میں دو تین گلاس سے زیادہ پانی نہیں پیتے. یہ بات میں نے تقریباً سو مختلف آدمیوں سے پاکستان کے مختلف شہروں میں پوچھی. شائد 5 فیصد لوگ سردیوں میں پورا پانی پیتے ہیں. سردیوں میں جسم کو پانی کم ملتا ہے جس کی وجہ سے معدے کو گرمی کی شکایت ہو جاتی ہے. ہم لوگ پورے سردی کے موسم میں اپنے معدے کو تباہ کرتے رہتے ہیں. معدہ ایک ایسی چیز ہے کہ اگر ایک دفعہ اس میں خرابی یا کمزور ہو جائے تو پھر یہ مشکل سے دور ہوتی ہے، یہاں تو ہر سردی کے موسم میں نئے سرے سے معدے کا کباڑہ کیا جاتا ہے. جب میں نے تلاش شروع کی کہ کیا وجہ ہے کہ یورپ وغیرہ والے تو سارا سال سردی میں رہنے کے باوجود پورا پانی پی لیتے ہیں، دوسری قومیں جیسے افریقہ والے بھی پورا پانی پیتے ہیں، لیکن ہم کیوں نہیں پیتے.

میری تلاش آخر دودھ والی جگہ پر آ کر ختم ہوئی. یہی سب خرابی کی جڑ ہے. یہ دودھ والی چائے پاکستان اور انڈیا کے علاوہ اس طریقے سے کہیں نہیں پی جاتی. ہم چائے میں بہت سا دودھ ڈال کر اسے پکاتے ہیں جو کہ دنیا میں کہیں پر بھی نہیں کیا جاتا. اس لئے اس خرابی کا پتہ کسی کو نہ چل سکا. دودھ والی چائے پینے کے بعد معدے کی پیاس کی حس جیسے ختم ہو جاتی ہے. آپ چاہے چار گھنٹے پانی نہ پئیں، آپ کو کچھ پیاس محسوس نہ ہوگی. آپ تجربہ کر کے دیکھ لیں، اور عموماً

چار گھنٹے کے بعد دوبارہ چائے پی کر یہ حس ختم کر لی جاتی ہے. جب یہ پتہ چلا تو پھر مجھے بچپن کی سنی ہوئی بات یاد آئی جس میں خانیوال کے کسان ایک دفعہ بتا رہے تھے کہ وہاں اتنی عجیب اور سخت گرمی ہوتی ہے کہ ہم پانی پئیں تو پیٹ بھر جاتا ہے اور زیادہ پانی پی پی کر پیٹ پھول بھی جاتا ہے، مگر ہمارا منہ اور زبان خشک ہی رہتی ہے. اس لئے ہم بیلوں کے ساتھ ہل چلاتے وقت چائے پی لیتے ہیں، پھر سارا دن پیاس محسوس نہیں ہوتی.

دودھ والی چائے پیاس کی حس کو بالکل ختم کر دیتی ہے. روزے میں سحری کے آخر میں بھی اگر چائے پی لی جائے تو سارا دن پیاس محسوس نہیں ہوتی. گرمیوں میں تو پھر بھی لوگ کسی نہ کسی طرح پورا پانی پی لیتے ہیں لیکن سردیوں میں اپنے معدے کا ستیاناس کر لیتے ہیں. معدے کے ساتھ یہ ظلم ہر دفعہ سردیوں میں نئے سرے سے کیا جاتا ہے، اور جسم کے پانی کی سطح پوری سردی کم رکھی جاتی ہے.

اسی معدے کی خرابی کی وجہ سے بہت سے لوگ انڈے کم کھاتے ہیں، ہر گرم چیز سے پرہیز کرتے ہیں، لیکن پھر بھی خرابی باقی رہتی ہے. مغرب والے گرم سرد اثر کو سرے سے مانتے ہی نہیں. یہاں پر باڈی بلڈر روز کے 30-30 انڈے کھا جاتے ہیں، ان کو کچھ نہیں ہوتا. عام لوگ بیس بیس کپ کافی پی لیتے ہیں ان کو کوئی گرمی نہیں ہوتی. اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کا معدہ صحیح ہوتا ہے، ان کا واٹر لیول کم نہیں ہوتا. ہمارے پاکستانی دن میں کافی کا تیسرا کپ پئیں تو شام کو ہونٹ خشک ہو جاتے ہیں. گرم اور سرد اثر کی بات کر کے میں طب یونانی (حکمت) کی تردید نہیں کر رہا کہ کسی چیز کا گرم یا سرد اثر نہیں ہوتا. یہ اثر کسی نہ کسی حد تک واقعی ہوتا ہے، لیکن اگر جسم کا پانی پورا رکھا جائے تو پھر یہ اثر نہ ہونے کے برابر ہوتا ہے. اسی لئے مغرب کے ڈاکٹر گرم سرد پرہیز کا بھی نہیں بتاتے.

دراصل اس کی فکر یا وہم کرنے سے بھی یہ اثر زیادہ ہوا کرتا ہے. آج کل ماحولیات کی خرابی POLLUTION کی وجہ سے اگر بیس گلاس پانی ہر روز پی لیا جائے تو زیادہ صحیح ہے، لیکن ہر روز کم از کم دس گلاس پانی لازمی پینا چاہیے. ہر دفعہ چائے پینے کے دس پندرہ منٹ کے بعد ایک گلاس پانی لیا کریں، پھر پیاس کی حس دوبارہ صحیح ہو جاتی ہے. چائے کے دس منٹ کے بعد پانی پینے سے چائے کی تاثیر بھی ٹھنڈی ہو جاتی ہے. ہم سب کو چاہیے کہ اپنے بچوں کو بھی سردیوں میں پورا پانی پلائیں. کیونکہ معدہ ایک ایسی چیز ہے جو اگر ایک دفعہ خراب ہو تو جائے تو پھر مشکل سے ہی

صحیح ہوتا ہے. معدہ خراب ہو تو اس کا مزاج اور عادتوں پر بہت غلط اثر پڑتا ہے. آدمی بدمزاج اور خشک طبیعت کا ہو جاتا ہے. رات کو نیند بھی کم آتی ہے. بہت سی اور بیماریاں بھی شروع ہو جاتی ہیں. انسان کی خوبصورتی اور کشش بھی اسی وجہ سے ختم ہو جاتی ہے. پانی پینے کے بارے میں اتنا کچھ لکھنے کی وجہ یہ ہے کہ پاکستان میں مجھے کہیں بھی اس بارے میں کوئی معلومات کسی ڈاکٹر یا ادارے سے نہیں ملیں، جس کی وجہ سے عام لوگوں کو اس کا علم نہیں ہے.

صحیح خوراک میں صاف پانی کا کردار بہت اہم ہوتا ہے. آپ کی خوراک اچھی سے اچھی بھی ہو تو صاف پانی نہ ہونے کی صورت میں اس میں سارا فائدہ ختم ہی سمجھیں. اپنے پانی کو کسی لیبارٹری سے چیک کروالیں، اگر صحیح نہیں تو ابال کر استعمال کریں (گو صحیح پانی کو خواہ مخواہ ابالنا بھی صحیح نہیں ہوتا). صاف پانی کی صحت میں اہمیت اتنی زیادہ ہے کہ تعلیم کی طرح شہریوں کو صاف پانی مہیا کرنا بھی دراصل حکومت کے اولین فرائض میں شمار ہوتا ہے.

معدہ ایک دفعہ بگڑ جائے تو پھر بہت مشکل سے ہی صحیح ہوتا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ ہر وقت اس کے اندر بڑا تیزاب موجود رہتا ہے جو کہ معدہ صحیح ہونیکی صورت میں تو ہر چیز آسانی سے ہضم کر لیتا ہے، لیکن اگر معدے کے اندر کوئی خراش یا زخم ہو جائے تو اسے ٹھیک نہیں ہونے دیتا. معدے کی خرابی کی وجہ سے بے شمار دوسرے امراض پیدا ہو جاتے ہیں. جوڑوں یا ریح کا درد اور سر درد اس میں سرفہرست ہیں. جوانی میں تو انسان کو ان بیماریوں کا کوئی خاص اثر عموماً محسوس نہیں ہوتا، مگر توانائی کم ہوتے ہی جیسے بڑھاپے میں اس سے بے شمار بیماریاں اور تکلیفیں شروع ہو جاتی ہیں.

اگر آپ کا معدہ صحیح ہے تو پھر سارے امراض کے خلاف آپ کی مدافعت بہت اچھی ہوتی ہے. بوڑھی عمر میں بھی انسان بیماریوں سے بچا رہتا ہے. یہ کچھ بہت بوڑھے لوگوں کا مشاہدہ کرنے سے معلوم ہوا. جن کی عمریں سو سال کے لگ بھگ تھیں. معدہ صحیح ہو تو آپ کے چہرے کا رنگ روپ صحیح رہتا ہے. اس کے صحیح ہونے کی صورت میں آپ کا وزن بھی کنٹرول میں رہتا ہے. انسان کے وزن کا تعلق اس کے قد کے علاوہ اس کی ہڈیوں کی موٹائی کے حساب سے ہوتا ہے، مگر زیادہ باریکیوں میں جانا یہاں مناسب نہیں ہے. عام حساب کے مطابق اگر آپ کا قد 5 فٹ 6 انچ یعنی 1 میٹر 70 سنٹی میٹر ہے تو آپ کا صحیح وزن تقریباً 70 کلو ہونا چاہیے اور اگر آپ کا قد 5 فٹ 10 انچ (ایک میٹر 80 سنٹی میٹر) ہے تو آپ کا وزن تقریباً 80 کلو ہونا چاہیے. اس

عام وزن سے دس کلو زیادہ وزن آپ کو موٹوں میں شمار کراتا ہے. اور یہ بات بھی ہے کہ اگر آپ کا وزن 25 سال کی عمر میں اپنے قد کے حساب سے صحیح ہے تو عموماً آپ کے جسم پر 13 فی صد چربی (fats) ہوتی ہے، 40 سال کی عمر میں اسی وزن کیساتھ جسم میں چربی 30 فی صد ہو جاتی ہے. اس لئے اس عمر میں وزن 5 کلو کم ہی رکھیں، کھانا جتنا کم کھایا جائے اتنا بہتر ہے، آہستہ آہستہ معدہ اس کا عادی ہو جاتا ہے. زیادہ اور بے سرا کھانے کے بجائے کم اور بہتر کھانا کھائیں. اداس حالت میں اور غصہ میں کھایا گیا کھانا صحت کے لئے مضر ہوتا ہے.

کھانے میں اس بات کا خیال رکھا جائے کہ کھانا اچھے پرسکون ماحول میں کھایا جائے، جلدی یا بے سکونی میں کھایا ہوا کھانا معدے کے لئے بہت خراب ہوتا ہے. اس سے تو بہتر ہے کہ انسان بھوکا رہے اور فارغ ہو کر سکون سے کھانا کھائے. تھوڑا صبر کر لیں، آخر روزہ بھی تو صبر کا ہی بتاتا ہے. پھر معدے کا اصول یہ ہے کہ اس میں جتنی گنجائش ہوتی ہے اس میں اگر آپ ہلکی ترین غذا ڈالیں یا سب سے بھاری اور ٹھوس قسم کی، جب لفافے کی طرح یہ جگہ بھر جاتی ہے تو اس کی تسلی ہو جاتی ہے. اتنی جگہ کو آپ چاہے روئی سے بھر لیں یا پانی نکال کر ابلے ہوئے چاول سے. یہ خالی جگہ بھرتے ہی انسان کی تسلی ہو جاتی ہے اور بھوک ختم ہو جاتی ہے. ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر آپ بیس منٹ تک کھانا کھائیں تو اس وقت میں کم کھانے کے باوجود بھی آپ کا پیٹ بھر جائے گا، یہ ذہن کا کام ہوتا ہے (قلندر بولا کہ پیٹو یا گوجرانوالہ کے لوگ کھانے کی میز پر اتنی دیر بیٹھیں تو پھر ان سے کھڑا ہونا بھی مشکل ہو جائیگا). گو کہ زیادہ سونے سے وزن بڑھتا ہے مگر پیٹو کم سوئے تو اسے کھانے کا زیادہ وقت مل جاتا ہے.

ہمارے ملک میں کھاتے پیتے گھرانوں میں اکثریت موٹے لوگوں کی ہے. یورپ کے امیر ملکوں میں بھی آپ کو اتنے موٹے افراد نظر نہیں آئیں گے. آخر اس کی وجہ کیا ہے. اس کی ایک وجہ تو ورزش میں لوگوں کی کم دلچسپی بھی ہے. اگر آپ کا وزن زیادہ رہتا ہے تو آپ لاکھ طریقے آزماتے رہیں، اگر آپ دو ہزار سے زیادہ کیلوریز کھانے میں استعمال کرتے ہیں تو آپ کا وزن لازمی بڑھیگا.

پاکستان میں تقریباً سب علاقوں میں روٹی کھائی جاتی ہے. روٹی بذات خود تو غلط نہیں لیکن اسے عموماً (Curry) شوربے کے ساتھ کھایا جاتا ہے جس میں خاصا زیادہ تیل استعمال ہوتا ہے. ڈاکٹر ایک ٹیبل سپون (12 گرام تیل) میں 108 کیلوریز بتاتے ہیں، مگر ایک ٹیبل سپون تیل

میں تقریباً 300 کیلوریز ہوتی ہیں. چاہے آپ سورج مکھی کا تیل استعمال کریں یا مکئی کا، کیلوریز کی جمع تفریق اتنی ہی رہتی ہے. گھی یا مکھن میں بھی اتنی ہی کیلوریز ہوتی ہیں، یہ ایک بڑے ماہر کی اور خود میری رائے ہے. ہمارے کھانوں میں گھی یا تری ہمارے موٹاپے کی اصل وجہ ہے. پھر زیادہ نمک اور مصالحے جسم میں پانی کو روکتے ہیں جسکی وجہ سے جسم پھول جاتا ہے اور وزن بھی بڑھ جاتا ہے. ڈاکٹر ایک گرام تیل میں ۹ کیلوریز کی بنسبت جسم کو تقریباً تین گنا زیادہ موٹا کرتا ہے. آدمی موٹا صرف زیادہ کیلوریز کیوجہ سے ہوتا ہے. تیل یا گھی کے بجائے شوربے میں کارن فلاور (مکئی کا آٹا) استعمال کر کے اسے گاڑا کر لیں. تیل میں بھی زیتون کا تیل سب سے بہتر ہوتا ہے جو دل کے لئے اچھا ہوتا ہے اور جسم کے خلیوں کو بھی جوان رکھتا ہے.

چین میں کوئی موٹا نظر نہیں آتا، اس کی وجہ ان کے کھانے میں تیل کی غیر موجودگی ہے. چین کی مثال ہی کافی ہے، آپ ان کا کھانا استعمال کرنا شروع کر دیں آپ کا وزن نہیں بڑھیگا. آپ روٹی کھانا چھوڑ نہیں سکتے لیکن کوشش کریں کہ کم سے کم سالن کھایا جائے. خوراک میں موجود فالتو تیل نکال لیا جائے اور تیل یا گھی کم سے کم ہی ترکاری میں ڈالا جائے. اب مغرب میں پیرافین آئل بھی ملتا ہے جسے جسم ہضم نہیں کرتا اور وہ باہر نکل جاتا ہے، اس میں کوئی کیلوریز نہیں ہوتیں.

بغیر تیل کے خوراک کھائی جائے. مثلاً اگر گوشت کھانا ہے تو تکے بھاپ پر پکا ہوا گوشت کھایا جائے، ساتھ تری کے لئے دہی یا رائتے کا استعمال کیا جا سکتا ہے. کم مصالحے استعمال کئے جائیں کیونکہ مصالحے جسم میں پانی کو روکے رکھتے ہیں اس وجہ سے جسم پھول جاتا ہے اور وزن بھی بڑھ جاتا ہے. پھر مصالحوں سے بھوک بھی بڑھ جاتی ہے.

روٹی میں تندور کی روٹی سب سے بہتر ہوتی ہے. توے کی روٹی جتنی پتلی ہو اتنی اچھی ہوتی ہے، اتنا ہی کم موٹا کرتی ہے. میدے کی روٹی معدے کے لئے نقصان دہ ہوتی ہے. کوئی بھی میدے والی چیز (پوریاں وغیرہ) معدے کے لئے نقصان دہ ہوتی ہیں (یہ جلدی ہضم نہیں ہوتیں) کم چھنے آٹے کی روٹی آنتوں کے لئے اچھی ہوتی ہے، یہ ان کو طاقت دیتی ہے. لیکن پھر بھی چاول روٹی سے بہتر خوراک ہے، چاول میں سلو شوگر (Slow Suger) ہوتی ہے جو کہ جلدی چربی (fat) میں تبدیل نہیں ہوتی اس کے علاوہ کھیل کود (sports) کرنے والوں کے لئے بہت بہتر ہوتی ہے.

سلو شوگر سوجی اور past میں خاصی مقدار میں پائی جاتی ہے (سوجی بغیر تیل یا میٹھے کے کھانا

بہت عمدہ غذا ہے، یعنی حلوے کی صورت میں اس کا ناس نہ ماریں). پاکستان میں بھورا چاول نہیں ملتا، سپورٹس مین کے لئے سب سے بہتر خوراک بھورا چاول ہے پھر سفید چاول آتا ہے. ویسے بھی ابلے ہوئے چاول کو بغیر تیل یا گھی کے بہت سی چیزوں کیساتھ کھایا جا سکتا ہے یا بہت کم تیل والی خوراک کیساتھ. کھانے کے بعد دودھ والی چائے پینا کھانے کو دیر سے ہضم ہونے دیتا ہے جو کہ موٹاپے کا سبب بنتا ہے.

قہوہ کم نقصان دہ ہوتا ہے اور یہ خوراک کو جلدی ہضم کرتا ہے جس کی وجہ اس میں چینی کی موجودگی ہے.

موٹا کرنے والی چیزیں (خصوصاً گھی یا تیل کی بنی ہوئی چیزیں) اگر کبھی کھانی بھی پڑیں تو کسی بڑے کھانے کے ڈیڑھ گھنٹے وقفے کے ساتھ کھائیں، پھر صرف انہیں کی چکنائی (fat) اثر کریگی.

ڈاکٹر سفید گوشت (White Meat) کا کہتے ہیں مگر ولائتی مرغی کھانا چھوڑ دیں، فارموں کی مچھلی بھی تھوڑی احتیاط کے ساتھ کھائیں. بہتر یہ ہے کہ گھر یا ہر بازار وغیرہ میں تیار شدہ کوئی چیز سرے سے ہی نہ کھائی جائے (وہاں بلکہ اچھے ریسٹورنٹ میں بھی ملاوٹ کے علاوہ ہر چیز میں ذائقہ بہتر کرنے کے لئے سوڈے اور دوسری الم غلم چیزوں کا کھلا استعمال ہوتا ہے. کھانا وغیرہ گھر سے ہی کھائیں) پاکستان میں کھانے کا تیل کسی اچھی اور بڑی کمپنی کا لیں کیونکہ عموماً تیل کی کوالٹی اور صفائی کا خیال نہیں رکھا جاتا.

محفوظ کی ہوئی سب چیزیں (ڈبوں وغیرہ کی) استعمال کرنے سے پہلے اچھی طرح دھو لیں. اسی طرح ڈبوں میں ملنے والے جوس اور کولا وغیرہ سب میں ان کو محفوظ کرنے کے لئے اچھا سٹرک ایسڈ استعمال کیا جاتا ہے سٹرک ایسڈ پھلوں سے بنایا جاتا ہے مگر یہ کوئی فائدے مند چیز نہیں آپ کے معدے میں قدرتی سب تیزاب موجود ہوتے ہیں اس لئے اسکی کوئی ضرورت نہیں ہوتی. اس کا زیادہ استعمال معدے کو کمزور کرتا ہے. یہ ایسے ہی ہے جیسے آپ کھانے کے ساتھ چورن کھا لیں. یہ کوکا کولا وغیرہ میں بھی ہوتا ہے (لیموں میں سب سے زیادہ سٹرک ایسڈ ہوتا ہے).

ہمارے ملک میں ملاوٹ بھی ایک بہت بڑا مسئلہ ہے جو کہ آٹے میں با آسانی ہو جاتی ہے جب کہ چاول میں ایسا ممکن نہیں. پھلوں کے جوس وغیرہ تازہ حالت میں استعمال کریں. لوگوں کی

دلچسپی کے لئے عرض ہے کہ پہلے کوکا کولا میں کوکین (cocaine) استعمال کی جاتی تھی اس کے بعد اسے تبدیل کیا گیا، اس کا نیا نسخہ خفیہ رکھا جاتا ہے۔ ویسے چائے یا کافی کی طرح کا کوئی بھی بے ضرر نشہ اگر لوگوں کو لگ جائے تو سب سے منافع بخش کاروبار میں تبدیل کیا جا سکتا ہے۔

غذائیت (Nutrition) کے حساب سے خوراک کے تین درجے ہیں جس میں پہلے نمبر کی خوراک وہ ہے جو زمین سے پیدا جیسے سبزیاں دال وغیرہ۔ دوسرے نمبر پر خوراک ان جانوروں کا گوشت ہے جو زمین سے اگنے والی غذائیت پر نشوونما پاتے ہیں۔ تیسرے نمبر پر وہ جانور ہیں جو دوسرے جانوروں کو کھا کر گزارا کرتے ہیں۔ ان میں سے پہلے نمبر کی خوراک جلد ہضم ہونے والی اور صحت بخش ہوتی ہے۔ دوسرے نمبر والی کم فائدہ مند اور تیسری سب سے کم فائدہ مند ہوتی ہے۔ مگر گوشت کھانا بالکل چھوڑ دینا صحت اور ذہن کیلئے مضر ہے اسے ہفتے میں ایک یا دو دن کے لئے کھانا چاہئے۔

لوگوں کے معدے کے نظام کو رفتار کے حساب سے آہستہ نظام ہضم (Slow Digestive) اور جلد ہضم (Quick Digestive) سسٹم میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ کچھ لوگوں کا آہستہ نظام ہضم ہوتا ہے، انکا معدہ خوراک کو آہستہ آہستہ ہضم کرتا ہے خوراک زیادہ دیر معدے میں رہتی ہے اسلئے زیادہ موٹاپے میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ گو اگر خوش باش اور پرسکون رہنے والا صحیح صحت مند ہے تو اسکا جسم فالتو خوراک کو جسم سے باہر نکال دیتا ہے۔ ہضم کے اس نظام کو میٹابولزم (Metabolism) کہتے ہیں۔ یہ انسان کے جسم میں عمر کے پہلے 12 سال آہستہ رفتار پر ہوتا ہے، 12 تا 20 سال تک یہ تیزی سے بڑھتا ہے، بڑھاپے میں یہ کم ہونے لگ پڑتا ہے۔

یہ جتنا تیز ہو، اتنا صحت مند جسم ہوتا ہے، یہ جسم میں موٹاپے کو نہیں رہنے دیتا۔ جب بڑھاپے میں یہ کمزور ہو جاتا ہے تو انسان کا جسم ڈھیلا اور موٹا ہونے لگ پڑتا ہے۔ اگر کسی طریقے سے اسے صحیح رکھا جا سکے تو پھر انسان جلدی بوڑھا نہیں ہوگا، یا بہت آہستہ بوڑھا ہوگا۔ گو بظاہر اس کا تعلق معدے سے نظر آتا ہے، مگر اصل میں دماغ ہی اسے کنٹرول کرتا ہے۔ سائنسدان بڑھاپے کی وجہ معلوم کرنے میں مصروف ہیں۔ ان کو ابھی تک کوئی صحیح وجہ معلوم نہیں ہو سکی مگر ان کے کہنے کے مطابق ہم میں موجود ہارمون ٹیسٹیس ٹرون کا بھی اسی سے تعلق ہو سکتا ہے۔ یہ ہارمون جسم میں عمر کے ساتھ تبدیل ہوتا رہتا ہے، بالوں پر بھی یہی اثر انداز ہوتا ہے۔ سائنسدانوں کی دوسری توجیح یہ ہے کہ بڑھاپے کا تعلق انسان کے جسم میں آکسیجن کی کمی و بیشی

سے ہے۔

ہمارا جسم در حقیقت ہر وقت پانی اور آکسیجن کی کمی میں ہوتا ہے۔ سائنسدانوں نے یہ بھی اندازہ کیا ہے کہ دماغ کے سیل زیادہ استعمال کئے جائیں تو لمبی عمر میں مددگار ہوتے ہیں لیکن جسم کے سیل اگر زیادہ (زیادہ ورزش وغیرہ) استعمال کئے جائیں تو بھی نقصان دہ ہوتا ہے اور جسم جلدی جواب دینے لگ پڑتا ہے۔ ان کے تجربے میں یہ بھی مددگار ہوتے ہیں۔ بہر حال ہر انسان کا جسم کو سمجھے اور اس کے مطابق اسے ورزش اور آرام دے۔ بہت زیادہ ورزش کرنی نقصان دہ ہی ثابت ہوتی ہے، چاہے آپ دوڑ جیسے بے ضرر اور اچھی گنی جانے والی ورزش ہی کیوں نہ کرتے ہوں۔ ویسے بھی اس میں صرف ٹانگوں اور دل کی ورزش ہوتی ہے۔

بھاگنے دوڑنے اور گھبرائے (Nervous) رہنے والوں کا معدہ عموماً تیز رفتار سے کام کرتا ہے۔ خوراک ان کے جسم سے جلدی گزر جاتی ہے، اس وجہ سے یہ کم موٹاپے کا شکار ہوتے ہیں اس کو Quick Digesive System کہتے ہیں، یہ پرسکون اور خوش باش رہنے والے صحت مند لوگوں میں بھی پایا جاتا ہے۔ وزن کم رکھنے میں Slow digestive سسٹم والوں کو ہر حالت میں کیلوریز کا خیال رکھنا چاہئے۔ ان لوگوں کا جسم عموماً دیکھنے میں ہی موٹاپے کی طرف مائل نظر آتا ہے۔ دونوں قسم کے معدے کا نظام رکھنے والے چار ہزار کلوریز کھاتے ہیں۔ تیز نظام والا اس میں سے جسم میں صرف 2000 کیلوریز ہی روکتا ہے اور آہستہ نظام والا 4000 کلوریز یا 3000 کلوریز جسم میں روکتا ہے 3500 کلوریز فالتو تقریباً کلو وزن بڑھا دیتی ہیں۔

مغرب میں خوراک کے بارے میں جو نئی تحقیقات ہوئی ہیں اس میں یہ معلوم ہوا ہے کہ اگر مختلف قسم کی خوراک ایک ہی وقت میں استعمال کی جائے تو معدے کو ہضم کرنے میں دقت ہوتی ہے جس کی وجہ سے وزن بڑھ جاتا ہے۔ اس تحقیق میں جو کہ بنیادی طور پر اس بارے میں ہے کہ مختلف قسم کی خوراک کا اکٹھا کھانا (Combination) کیسا رہتا ہے، انہوں نے خوراک کو بنیادی طور پر تین قسموں میں تقسیم کیا۔

(۱) اس میں سبزیاں اور دالیں ہیں۔

(۲) اس میں گوشت، مرغی، مچھلی اور جانوروں سے حاصل ہونے والی دوسری طرح کی خوراک ہے۔

(۳) اس میں انہوں نے چاول، گندم، روٹی اور آلو کو رکھا ہے جو کہ دنیا کے تقریباً ہر ملک

میں کھانے کا بڑا جزو ہیں. تحقیق میں معلوم ہوا کہ اگر انسان ان میں ایک وقت میں اوپر بیان کردہ دو چیزیں کھائے تو معدہ اسے آسانی سے ہضم کر لیتا ہے یعنی اگر چاول یا روٹی اور گوشت کھایا جائے تو پھر یہ جلدی ہضم ہو جاتا ہے اور وزن کم بڑھتا رہے. اگر پہلے بیان کردہ تین چیزیں اکٹھی استعمال کی جائیں تو وزن زیادہ بڑھتا ہے ان تین مختلف قسم کی خوراکوں کو معدہ آسانی سے ہضم نہیں کر سکتا، اس کو زیادہ کام کرنا پڑتا ہے اور خوراک دیر سے ہضم ہوتی ہے، جو مٹاپے کا سبب بنتی ہے.

عموماً لوگ ایک وقت میں مختلف قسم کی چیزیں کھا لیتے ہیں تاکہ جسم کو مختلف قسم کے وٹامن ملتے رہیں، مگر یہ غلط ہے. معدہ ایک وقت میں دو سے زیادہ قسم کی خوراک Handle نہیں کر سکتا. موٹے لوگ اس میں خاص احتیاط کریں. اس میں مجھے ایک حدیث شریف یاد آ رہی ہے جس میں آپ ﷺ نے ایک قسم کی خوراک ایک وقت میں کھانے کا فرمایا ہے. خوراک کے بارے میں لوگوں کا خیال یہ ہے کہ دیر سے ہضم ہونیوالی خوراک طاقتور ہوتی ہے، حالانکہ زود ہضم خوراک جو جلدی ہضم ہو کر جسم کا حصہ بن جائے زیادہ بہتر ہوتی ہے اور طاقت دیتی ہے. دیر سے ہضم ہونیوالی خوراک موٹاپے کا باعث بنتی ہے. میڈیکل کے اصولوں کے مطابق ہم پاکستانیوں کے مقابلے میں بنگالیؔ (پرانے مشرقی پاکستانی جو چھوٹے قد کاٹھ کے ہوتے ہیں) زیادہ صحت مند ہوتے ہیں، کیونکہ ان کے جسم میں چربی کم ہوتی ہے.

اس تحقیق میں یہ بھی معلوم ہوا کہ اگر آلو، چاول یا روٹی کو گوشت کے ساتھ کھایا جائے تو معدے میں گیس پیدا ہوتی ہے اور جسم پھول جاتا ہے. گوشت کو سلاد کے ساتھ کھایا جائے تو پھر گیس پیدا نہیں ہوتی. آلو روٹی چاول کو اگر سبزی کے ساتھ کھایا جائے تو پھر بھی گیس پیدا نہیں ہوتی. پاکستان میں کھانے میں بھی روٹی اور سبزی کا اکٹھا کھانا بہتر ہے یا چاول اور سبزی کا. (شاید اسی لئے آرائیں قوم میں موٹے افراد کم ملتے ہیں). گوشت میں White meat یعنی مرغی مچھلی پرندے وغیرہ کھانے سے وزن کم بڑھتا ہے.

کھانے کے بعد پھل یا میٹھا کھانے سے بھی وزن بڑھ جاتا ہے کیونکہ کھانا قدرتی طریقے کے بجائے جلدی ہضم ہو جاتا ہے، پھر اور بھوک لگتی ہے. پھلوں وغیرہ کو کھانے سے پہلے یا دو گھنٹے کے بعد کھانا بہتر ہے. کھانے کو قدرتی طریقے سے ہضم ہونے دیں. میٹھے کی مدد سے جلدی ہضم ہو تو پھر سے بھوک لگ جاتی ہے اور تیل یا گھی کی وجہ سے دیر سے ہضم ہو تو وزن بڑھ جاتا

ہے. کھانے کے بعد میں پانی پینے سے خوراک و روٹی پھول کر موٹی ہو جاتی ہے جسے ہضم کرنے میں دیر لگتی ہے اور معدے کو زیادہ کام کرنا پڑتا ہے، اس سے وزن بڑھ جاتا ہے رات کو سونے سے جتنا زیادہ وقفہ رکھ کر کھانا کھایا جائے وزن کم کرنے میں مددگار ہوتا ہے.

چینی میں بھی زیادہ کیلوریز ہوتی ہیں، اس سے بچا جائے. ایک کیوب یعنی ایک چائے کے چمچے میں تقریباً 20 کیلوریز ہوتی ہیں وزن کم کرنے کی جتنی بھی کوشش کی جائے، اگر آپ دن میں 2000 کیلوریز سے زیادہ کھاتے ہیں تو آپ وزن کنٹرول نہیں کر سکیں گے. دراصل 75 کلو وزن کے لئے 1800 کیلوریز روز ضرورت ہوتی ہیں مگر پاکستان کی گرمی اور موسم کی وجہ سے آپ 2000 تک استعمال کر سکتے ہیں، پتلے سانچے والے لوگ زیادہ بھی استعمال کر سکتے ہیں.

اچار کا استعمال بھی بھوک بڑھا دیتا ہے جس سے وزن بڑھتا رہتا ہے. مصالحہ بھی وزن بڑھاتا ہے کیونکہ اسکی وجہ سے جسم میں پانی زیادہ دیر رکا رہتا ہے اور جسم پھول جاتا ہے. کالی مرچ، ہلدی، پیاز، لہسن کے اپنے اپنے فائدے ہیں لیکن مصالحے کا استعمال کم رکھنا چاہیے. مصالحہ بھوک کو بھی بڑھاتا ہے. جو چیز بھی سالم حالت میں استعمال کی جائے تو بہتر ہوتی ہے جیسے لہسن کے پوڈر کی بجائے تازہ لہسن استعمال کرنا چاہیے. سرخ پسی ہوئی مرچ کے بجائے ہری یا تازہ مرچ استعمال کرنا چاہیے. سالم حالت میں استعمال کئے جانے والے مصالحے جزو بدن بنتے ہیں جبکہ پاؤڈر کی حالت میں استعمال کئے جانے والوں کا کوئی صحیح فائدہ نہیں ہوتا.

مصالحوں کو دوائیوں کے طور پر ایجاد کیا گیا تھا تاکہ بھوک لگے، لیکن لوگوں کو اسکا نشہ پڑ گیا. نمک زیادہ استعمال کرنے سے بھی جسم میں پانی زیادہ دیر رکا رہتا ہے جو کہ جسم کو پھیلا دیتا ہے، لوگ گرمیوں میں تو تھوڑا زیادہ استعمال کر لیں تو خیر ہے مگر عام حالات میں کم ہی استعمال کریں. انہی مصالحوں کے استعمال کی وجہ سے لوگ پھولے پھولے سے لگتے ہیں. کچھ لوگ مصالحوں کو ہڈیوں وغیرہ کی طاقت کے لئے اچھا سمجھتے ہیں، جیسے ہلدی کو. لیکن افریقہ کے کالے ہلدی بالکل استعمال نہیں کرتے، کیا ان کی ہڈیاں کمزور ہوتی ہیں؟ اسلئے ان کو کم سے کم استعمال کریں تو بہتر ہے. اسی طرح میٹھی چیزیں منہ کا ذائقہ بدلنے کے لئے استعمال کریں نہ کہ پیٹ بھرنے کے لئے.

مصالحے اور چٹ پٹے کھانے میرے خیال میں نوابوں کے لئے (ان کے حرموں اور حرامزدگیوں کے لئے) ایجاد کئے گئے تھے تاکہ وہ کم سے کم ورزش میں زیادہ سے زیادہ کھانا

ہضم کرسکیں. اسی لئے ایسے کھانوں کے بعد ورزش کے علاوہ ہر کام کیا جا سکتا ہے. جو کام معدے کی ورزش ہے وہ مصالحے اور ہانڈی (زیادہ پکانا) کر دیتا ہے. مرچ کا زیادہ استعمال بھی غریب علاقوں میں زیادہ ہوتا تھا جہاں اسکے سالن کم ہونیکی سالن کم ہونیکی وجہ سے چٹنی کے طور پر کھایا جاتا تھا، اب ہمارے لوگوں کو اسکا بھی نشہ پڑ گیا ہے.

اگر ہماری خوراک کا پوری طرح جائزہ لیا جائے تو اس میں سب چیزیں موٹاپا پیدا کرنے والے ہیں. ہمارے سالن Curry میں گھی یا تیل ضرور ہوتا ہے پھر بہت سے مصالحے اور نمک استعمال ہوتے ہیں، ان کا مجموعہ وزن نہ بڑھائے تو پھر کیا کرے. دوسرے ملکوں میں بھی لوگ موٹے ہوتے ہیں لیکن اور طرح سے، مثلاً ایک موٹے ترکی اور ایک موٹے ہندوستانی یا پاکستانی میں بڑا فرق ہوتا ہے. ترکی وغیرہ موٹے تو ہوتے ہیں لیکن پھولے پھولے اور کمزور نہیں ہوتے (ہمارے کھیلوں کے ریکارڈ بھی اسکے گواہ ہیں).

موٹاپے کے بارے میں سائنسدان کی جدید ترین تحقیقات کے مطابق بچہ عمر کے پہلے چار سالوں میں جسم میں موٹاپے کے سیل بنا لیتا ہے یہ سیل عام حالت میں پتلے (چاول کی شکل کے) ہوتے ہیں جو زیادہ یا موٹی کرنیوالی خوراک ملنے کی وجہ سے پھول کر گول اور موٹے ہو جاتے ہیں. پھر اس بچے کو عمر کے جس حصے میں خوراک زیادہ ملے وہ موٹاپے کا شکار ہو جاتا ہے. جو بچہ عمر کے پہلے چار سالوں میں موٹاپے کے سیل نہ ڈیویلپ کرے اسکو موٹے ہونے کا کوئی خطرہ نہیں ہوتا، یہ اگر کبھی تھوڑا موٹا ہو بھی جائے تو کچھ عرصے میں اسکا وزن پھر نارمل ہو جاتا ہے.

بچے کے لئے پہلے چار سال میں خوراک کی خاص احتیاط کی جائے. موٹے ماں باپ خصوصاً زیادہ احتیاط کریں. بچے کی شخصیت بھی عمر کے پہلے چار سالوں میں خاصی حد تک مکمل ہو جاتی ہے. اس وقت کے ذہن میں بیٹھے ہوئے خیالات کو بچہ ساری عمر طاقت دیتا رہتا ہے. اس وقت کے ذہن میں بیٹھے ہوئے احساس کمتری Complexes ساری عمر ذہن میں سے نہیں نکلتے. بچوں پر خاص توجہ دیں، یہی آپ کا سب سے بڑا (اور ملک کا بھی) سرمایہ ہیں.

اپنے جسم کو ڈائٹنگ وغیرہ کے ذریعے نہیں بلکہ کم کیلوریز والی خوراک اور ورزش کے ذریعے متناسب رکھیں ڈائٹنگ کرنے سے مختلف ذہنی اور جسمانی کمزوریاں ہو جایا کرتی ہیں اور وزن بھی ڈائٹنگ چھوڑنے کے بعد پھر سے پرانی جگہ پر آ جاتا ہے. اپنی خوراک میں زیادہ سے

زیادہ سبزیاں اور دالیں استعمال کریں، تھوڑا ابلا ہوا سلاد زیادہ بہتر ہوتا ہے. اسے ہر کوئی جتنا چاہے کھا سکتا ہے. ذاتی تجربے میں آیا ہے کہ بادام اور خصوصاً چنے میں بہت زیادہ انرجی ہوتی ہے، کھلاڑیوں کے لیے ان کا استعمال بہت اچھا ہے. ایک بڑے کینو میں ۱۶۰ کیلوریز، پاکستانی بڑے کیلے میں ۱۰۰ (افریقن کیلے میں ۱۳۵)، سیب میں ۹۰، ایک درمیانے قلمی آم میں کوئی ۱۲۵ کے قریب، ایک کوکا کولا میں ۱۷۵، چاکلیٹ Mars وغیرہ ۶۰ گرام میں ۳۷۰ کیلوریز، بادام اور مونگ پھلی ۱۰۰ گرام میں پانچ سو کیلوریز ہوتی ہیں. عام بڑی ڈبل روٹی کے ایک سلائیں میں ۶۰ کیلوریز. عام چپاتی میں ۱۲۰، بڑی تندوری روٹی میں ۲۰۰ اور پراٹھے میں ۳۱۰ کیلوریز ہوتی ہیں.

پیٹ کو ابلے ہوئے چاول، ابلے ہوئے آلو یا روٹی سے زیادہ سے زیادہ بھریں ان میں دوسری چیزوں کی نسبت کم کیلوریز ہوتی ہیں اسی طرح سبزیاں اور سلاد بھی بہت کم موٹا کرتے ہیں. سالن لازمی طور پر کم کھانا چاہئے. خوراک کے ساتھ ہی کچھ ذکر موٹے لوگوں کا بھی ہو جائے ساری دنیا کے موٹے لوگوں میں ایک بات مشترکہ (Common) ہے کہ وہ یہی کہتے ہیں "ہم تو کچھ بھی نہیں کھاتے پھر بھی موٹے ہوتے چلے جاتے ہیں" کچھ ایسے افراد کا غور سے جائزہ لینے پر معلوم ہوا کہ یہ ایسے خوش قسمت ہیں کہ دن میں کہیں نہ کہیں ان کا "داؤ" لگ ہی جاتا ہے. کہیں نہ کہیں سے مٹھائی چاکلیٹ یا فربہ کرنے والی چیز انہیں مل ہی جاتی ہے. ڈاکٹر کہتے ہیں کہ اگر صرف ہوا یا پانی سے لوگ موٹے ہوتے تو ایتھوپیا میں بھی موٹے نظر آتے.

یہ موٹے بڑی عجیب مخلوق ہیں. ایک موٹی عورت کو ڈاکٹر نے خوراک بتائی، کہ اب آپ نے دوپہر کے کھانے میں تھوڑے سے ابلے ہوئے چاول کچھ ابلی ہوئی سبزی کے ساتھ ایک عدد کھیرا. دو ٹماٹر اور بند گوبھی کا کچھ سلاد استعمال کرنا ہے" وہ عورت سن کر بڑی خوش ہوئی ڈاکٹر کی فیس دیکر باہر نکلی لیکن فوراً ہی واپس آ گئی ڈاکٹر سے کہنے لگی "ایک بات پوچھنا تو میں بھول ہی گئی دوا یہ کہ یہ خوراک کھانے سے پہلے استعمال کرنی ہے یا بعد میں". یہ موٹے وہ مخلوق ہیں کہ موٹاپے کی وجہ سے سپورٹس بھی نہیں کر سکتے اور اس خوف سے بھی نہیں کہ پھر کھانے کا وقت کم ہو جائے گا. یہ جب گھوڑا سواری شروع کرتے ہیں تو گھوڑا جلدی ہی بڑا اسمارٹ ہو جاتا ہے انکا وزن وہاں کا وہاں ہی رہتا ہے. یہ دنیا میں وزن کم کرنے کے سب طریقے (مثلاً ہائی پروٹین ڈائیٹ وغیرہ) استعمال کرتے ہیں، مگر ان کا وزن کم نہیں ہو پاتا. یہ لوگ جب تک ۲۰۰۰ کیلوریز دن میں استعمال کرنے سے کم پر نہیں آئیں گے ان کا وزن نہیں گھٹ سکتا. ویسے ان کے لیے مرجانا

آسان ہوتا ہے۔ بجائے کم کھانے کے۔ انکی کوشش یہی ہوتی ہے کہ کوئی ایسی چیز مل جائے جسے کھا کر یہ پتلے ہوسکیں لیکن خوراک کم کرنا بہت مشکل ہے۔

بہر حال سمجھنے کی بات ہے کہ زیادہ کھانا کم نقصان دہ ہوا کرتا ہے اہم یہ ہے کہ کیا کھایا جائے اپنی کم کیلوریز والی خوراک استعمال کی جائے عام لوگوں کا روٹی ابلے ہوئے چاول یا ابلی ہوئی سبزیاں وغیرہ ہی سے پیٹ بھرنا ہی سب سے کم موٹاپا کریگا اور بہتر بھی یہی ہے۔ موٹاپا پیدا کرنے والی کوئی بھی چیز (خصوصاً تیل والی) اگر کھانے کے ساتھ نہیں مگر علیحدہ (ڈیڑھ گھنٹے کے بعد) کھائی جائے تو کم نقصان دہ ہوتی ہے، یعنی کم موٹا کرتی ہے۔ چینی کو اگر تیل کے مقابلے میں دیکھا جائے تو بہت کم موٹا کرتی ہے۔ گو موٹے لوگ چینی سے بھی پرہیز ہی رکھیں، مگر تیل کے نزدیک سے بھی نہ گزریں۔

خوراک میں تھوڑا بہت ذکر کھیل کا شوق رکھنے (Sport کرنے) والوں کی خوراک کا بھی ضرور ہونا چاہئے، کیونکہ ہمارے ملک میں اب سپورٹس کا خاصا شوق ہے مگر خوراک کے بارے میں معلومات بہت کم ہیں۔ جلدی ہضم ہونیوالی خوراک زیادہ بہتر اور صحت مند ہوتی ہے بہ نسبت دیر سے ہضم ہونیوالی خوراک کے۔ جلدی ہضم ہونیوالی خوراک ہی زیادہ توانائی اور طاقت دیتی ہے۔ ہمیں یہ بھی چاہئے کہ نوجوانی کے عالم میں ایسی خوراک استعمال کریں جو معدے کی بھی ورزش کرائے، یعنی کم گلائی ہوئی غذا استعمال کریں۔ سپورٹس کرنیوالوں کو کھانے میں روٹی کی بجائے چاول استعمال کرنے چاہیں، ان میں سلوشوگر Slow suger ہوتی ہے جو کہ عام چینی کی طرح موٹاپے میں تبدیل نہیں ہوتی بلکہ مسلز میں استعمال ہوتی ہے۔ اگر دن میں دو دفعہ نہیں تو ایک دفعہ چاول ضرور استعمال کریں۔ سلوشوگر سوجی اور نوڈلز میں بھی پائی جاتی ہے۔

اچانک روٹی چھوڑ کر چاول شروع کر دینا ہر ایک کے لئے ممکن نہیں ہے، اس سے بیماری بھی ہوسکتی ہے۔ پہلے ایک وقت چاول استعمال کیا جائے، پھر اس کو بڑھا کر دو بار کر لیں۔

White meat یعنی مرغی اور مچھلی کا استعمال بہتر ہے، عام گوشت کی بجائے ان کو استعمال کیا جائے۔ مرغی کی کھال میں چکنائی زیادہ ہوتی ہے اسے نہیں استعمال کرنا چاہیے یہ موٹاپے کا سبب بنتی ہے۔ انسانی جسم کے عضلات (مسلز) پروٹین بناتی ہے اس لئے جسمانی ورزش کرنیوالوں کو اس کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے، عام کھانے کی چیزوں میں دودھ اور انڈے میں یہ خاصی تعداد میں پائی جاتی ہے۔ بچوں کو خصوصاً اسے زیادہ استعمال کرانا چاہیے۔

گوشت بھی اس کا ایک بڑا ذریعہ ہے۔ یہ دالوں اور سبزیوں میں بھی پائی جاتی ہے دالوں اور سبزیوں کی پروٹین کی کوالٹی کا بہترین متبادل ہیں۔ گوشت کو بالکل چھوڑ دینا بھی صحت اور دماغ کے لئے مضر ہے۔ اسے ہفتے میں ایک آدھ بار لازمی کھانا چاہئے ورنہ آدمی کی دماغی اہلیت (IQ) بھی کم ہوجاتی ہے۔ سبزیوں، اناج اور دالوں کو اگر پھٹا کر (Sprouts) کا شکل میں کھایا جائے تو ان میں زیادہ پروٹین ہوتی ہے۔

انسانی جسم کو ایک گرام پروٹین ایک کلو وزن کے حساب سے ضرورت ہے۔ یعنی ۷۵ کلو گرام کے آدمی کو ۷۵ گرام پروٹینز ضرورت ہے۔ عام آدمی دودھ چھوڑ بھی دیں تو کوئی فرق نہیں پڑتا بیس سال کی عمر کے بعد عام لوگ دودھ پینا چھوڑ سکتے ہیں، اس کے بجائے دہی کا استعمال بہتر ہے۔ دھی کھانے میں بھی استعمال کریں، یہ بہت ہی فائدہ مند اور صحت مند خوراک ہے، خصوصاً ہمارے کھانوں کے ساتھ۔

سبزیاں وغیرہ کم آنچ پر 20 منٹ پکانی چاہیں، زیادہ پکانا صحیح نہیں۔ عام اصول یہ ہے کہ جب سبزی کی شکل تبدیل ہونے لگ پڑے تو مزید مت پکائیں۔ دلچسپ وعجیب بات یہ ہے کہ برصغیر میں جتنی زیادہ نزاکت پسند اور نازک قسم کی قومیں ہیں اتنے ہی خوراک کو زود ہضم (یا تباہ) کرنے کے طریقے ہیں، اتنے ہی ان قوموں کے معدے کمزور ہوتے ہیں۔ ابھی تک کراچی وغیرہ میں ہر قسم کے گوشت میں پپیتا ڈالتے ہیں اور طرح طرح کے طریقے ہر چیز کو ہضم کرنے کے ایجاد کیے ہوئے ہیں۔ صحت مند لوگ معدے سے ہضم کرنے کا کام لیا کرتے ہیں۔

اچھی صحت والے قدرتی طور پر ہی تیل اور مصالحوں سے بھی پرہیز کرتے ہیں۔ خود مجھے سپورٹس میں کراٹے، باڈی بلڈنگ اور پہلوانی کا بڑا شوق ہے۔ مجھے ایک چیز سمجھ نہیں آرہی تھی کہ کچھ فیملیوں یا کچھ علاقوں کے لوگ دوسرے لوگوں سے زیادہ طاقتور کیوں ہوتے ہیں حالانکہ بظاہر ان کی خوراک میں کوئی خاص فرق نہیں ہوتا ہے۔ اس میں مختلف چیزیں پتہ چلیں۔ جن میں یہ بھی پتا چلا کہ ہر جگہ کے پانی کا اپنا اپنا اثر ہوتا ہے۔ اس میں ہر علاقے کی زمین میں موجود نمکیات ومعدنیات شامل ہوتی ہیں۔ پانی کے اثر کی وجہ سے ہی اس علاقے کی سبزیاں و پھل بھی زیادہ بہتر اور ہڈیوں وغیرہ کی نشونما میں اچھا کردار ادا کرتے ہیں۔ جہاں بھی پیسہ عام ہو وہاں خوراک وافر ہوتی ہے اور عموماً لوگ زیادہ ڈیل ڈول کے ہوتے ہیں۔

لیکن ایک دلچسپ بات یہ پتہ چلی کہ طاقت کا بنیادی تعلق اسی پرانے اصول سے ہے کہ

جتنی جسمانی محنت کریں گے اور جسم سے جتنا کام لیں گے یہ اتنا ہی بڑھے گا. ذہن سے جتنا کام لیں گے اتنا ذہن تیز ہوگا اور بڑھے گا. مثلاً یہ ایک حقیقت ہے کہ 1970ء سے پہلے دنیا میں طاقتور ترین پہلوان گاما پہلوان فیلی تھی، جھولو برادران کے نام سے سب لوگ واقف ہیں. 1970ء کے بعد کھیلوں میں ہارمون استعمال کرنے والے نمبر لے گئے (اس کی تفصیل اسی باب میں آگے بیان کی گئی ہے). برصغیر پاک و ہند میں پہلوان اسی علاقے کے کیوں ہوئے ہیں حالانکہ یہ علاقہ ہم سے بھی انتہائی غریب رہا ہے. وجہ یہ نکلی کہ کشمیر میں رہنے والے لوگ ماضی میں شروع سے ہی محنت مزدوری کرنے پہاڑوں سے نیچے آیا کرتے تھے نیچے علاقوں میں محنت مزدوری کر کے پیسے اکٹھے ہوتے تھے تو ان سے ضروریات زندگی کی چیزیں اور خوراک خرید کر پیدل واپس جایا کرتے تھے. اس وقت عموماً ان کے کندھوں پر چاول کی ڈیڑھ دو من کی بوری ہوتی تھی، جس کے ساتھ یہ کئی کئی دن چل کر واپس اپنے گھروں میں پہنچتے تھے. جو آدمی اتنا وزن اٹھا کر پہاڑ کئی کئی دن چڑھتا ہے وہ لازمی طاقتور ہو جائیگا اور اسکی اگلی نسل میں بھی اس کا اثر پہنچے گا. کشمیری یہ کام صدیوں کرتے رہے ہیں.

بنیادی طور پر وہاں زیادہ کام لکڑی کا ہوتا تھا، لکڑی کو بھی کندھوں وغیرہ پر اٹھا کر آگے پیچھے لایا جاتا تھا. انتہائی غربت (یعنی کم خوراک) کے باوجود یہ لوگ جسمانی طور پر بہت زیادہ مضبوط ہو گئے اگر یہی کام اچھی خوراک کیساتھ ہو تو ظاہر ہے یہ گاما پہلوان اور امام بخش پہلوان بھی بن سکتے ہیں. نسل در نسل ایسے ہی بھاری کام کرنے کی وجہ سے انکے جسم بھاری وزن اٹھانے کے قابل ہو گئے، یہ جسم پہلوانی وغیرہ کے لیے بہت موزوں تھے.

ساری دنیا میں افریقی لوگ Nngro سب سے فٹ اور پھرتیلی قوم ہے. وہاں کا پانی اور آب و ہوا بہت صحت مند ہوتی ہے، مگر وہاں جنگلوں میں وہی زندہ بچتا تھا جو صحت مند ہوتا تھا. پھر ان علاقوں میں گھوڑوں کا رواج نہ تھا، ان کو پیدل بھاگ کر شکار کرنا پڑتا تھا، پیدل سفر کرنا پڑتا تھا. خوراک بھی ایسی ہی ڈھونڈی جاتی تھی. افریقہ کے مسائی قبیلے کے جوان اکیلے میں صرف نیزے کے ساتھ ببر شیر کا شکار کیا کرتے تھے، کچھ مسائی چیتے جیسے تیز رفتار جانور کو بھی بھاگ کر نیزہ مار لیا کرتے تھے. ملک ساؤتھ افریقہ کے ذولو قبائل کی فوج ہر وقت بھاگتی رہتی تھی، ان کے فوجی بہت کم ہی چلا کرتے تھے انہوں نے جہاں بھی جانا ہوتا تھا بھاگ کر پیدل جایا کرتے تھے، انکو عام چل کر جانے کا حکم نہیں ہوتا تھا. غالباً نسل در نسل کی اس بھاگ دوڑ کے نتیجے میں ان

لوگوں کا جسم ایسا بن گیا جو کہ فٹ اور پھرتیلا ہے. چربی کم سے کم ہوتی ہے، مسلز زیادہ ہوتے ہیں. یہی لوگ امریکہ غلام بنا کر بھیجے گئے، اب امریکہ کے اپنے کھیلوں کی دنیا میں بہت زیادہ تعداد ان ہی امریکیوں کی ہے. افریقہ میں عام لوگوں کی خوراک میں تیل بہت ہی کم اور مصالحے نہ ہونے کے برابر استعمال کئے جاتے ہیں. بس تھوڑا سا ابال کر سبزیاں (آلو چاول وغیرہ) کھا لیا کرتے ہیں.

جسمانی محنت کرنے کے ساتھ اگر صحیح خوراک بھی استعمال کی جائے تو پھر آپ اپنے جسم کو بہت بہتر بنا سکتے ہیں. صحیح اور کم پکائی ہوئی متوازن غذا ایک صحت مند اور طاقتور جسم بنانے میں بڑی مددگار ہوتی ہے. گھی تیل یا مصالحوں سے پرہیز کریں، سبزیاں اور سلاد زیادہ سے زیادہ کھائیں. سبزیاں، دالیں اور سلاد ہی ہمارے جسم کی تمام ضرورتوں کو پورا کر سکتے ہیں. ہمارے لیے لسی (خصوصاً مکھن نکالی ہوئی) کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے یہ معدے کے لیے اچھی ہوتی ہے اور ہماری خوراک کے ساتھ اس کا استعمال بہت موزوں ہوتا ہے.

یہاں امریکہ اور یورپ کے لوگ کھیلوں میں آگے نکل گئے ہیں اس کی مختلف وجوہات ہیں. پہلی وجہ تو عام فہم ہے کہ روپے پیسے کی فراوانی کی وجہ سے خوراک سستی اور کھلی دستیاب ہے غریب ملکوں کے لوگ یہ خوراک نہیں کھا سکتے اور انکے قد کاٹھ بڑھنے کی وجہ پیچھے اسی باب میں بیان ہو چکی ہے. ان کو یہ علم ہوتا ہے کہ کھلاڑی کو کس قسم کی خوراک کی ضرورت ہوتی ہے. وہ صحیح خوراک استعمال کرتے ہیں جب کہ ہمیں اس خوراک کا بہت کم علم ہے.

ہمارے سپورٹس مین بھی صحیح خوراک نہیں استعمال کرتے کیونکہ انہیں اسکا علم نہیں ہوتا. مغرب میں کھیلوں میں بھی کمپیوٹر استعمال ہوتا ہے. پھر کھلاڑی ذہنی اور نفسیاتی اصولوں سے بھی عموماً واقف ہوتے ہیں.

دوسرے یہاں پر سپورٹس کرنیوالے مختلف قسم کے ہارمون اکثر استعمال کرتے ہیں. ان میں بہت استعمال ہونیوالا ہارمون سٹرائیڈ ہے اس کو استعمال کرنیوالا ایک عام آدمی بھی تین ماہ میں پانچ برس محنت کرنے والے باڈی بلڈر کے برابر مسلز بنا لیتا ہے.

امریکہ میں امریکن رگبی کے کھلاڑی اور نورا کشتیاں کرنے والے پہلوان اور سٹرانگ مقابلے والے اس کو کھلا استعمال کرتے ہیں دوسری کھیلوں میں بھی عام استعمال کیا جاتا ہے. سٹرائیڈ کا یورپ کے باڈی بلڈر اور سپورٹس مین بھی بہت بڑی تعداد میں استعمال کرتے ہیں.

اسکو تھوڑی مقدار میں استعمال کیا جائے تو نقصان وہ نہیں مگر جتنی مقدار میں مقابلے کرنیوالے استعمال کرتے ہیں یہ مقدار بعد میں بہت سی پیچیدگیوں کا سبب بنتی ہے۔اس سے بہت قسم کی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں جیسے ذہنی کمزوری، نامردی، Aggression، عورتوں میں اس سے بہت سی پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں جیسے جسم پر بال، مردانہ پن، غصہ وغیرہ اور اسکے چھوڑنے کے بعد موٹاپا وغیرہ۔

سٹرائیڈ بنیادی طور پر ویت نام کی جنگ میں ایجاد کیا گیا تھا۔جس میں ویٹ گانگ کی قید میں رہ کر آنے والے یا جنگ میں زخمی ہونیوالے کو جلد صحت یاب ہونے کے لیے استعمال کروایا جاتا تھا۔اب ہر کھیل والے سٹرائیڈ یا ایسے ہی دوسرے ہارمون کھلا استعمال کرتے ہیں۔ اب سپورٹس ان ملکوں میں (پروفیشن) بن چکی ہیں۔اس لیے اسے کھلاڑی عام استعمال کرتے ہیں۔ایک عام استعمال ہونیوالا ہارمون ٹیسٹ ٹرون (Testtetroen) ہے آج کل طرح طرح کے نئے ہارموز سامنے آ رہے ہیں کھیلوں میں زیادہ پیسہ ہونیکی وجہ سے جیسے ان کی باقاعدہ مافیا بن چکی ہے۔سٹرائیڈ اور دوسرے اکثر ہارموز استعمال کرنیکا عام اصول یہ ہے کہ ہر انسان کے جسم میں نر اور مادہ دونوں قدرتی ہارموز موجود ہوتے ہیں مثلاً مرد کے جسم میں تقریباً 70 فی صد مردانہ ہارموز ہوتے ہیں اور 30 فی صد زنانہ ہارموز، جسم ان کی تعداد میں کمی یا بیشی نہیں ہونے دیتا۔ عوتوں کے جسم کا حساب الٹا ہوتا ہے یعنی تقریباً 70 فی صد زنانہ ہارموز اور 30 فی صد مردانہ ہاموز ہوتے ہیں۔اب مرد کے جسم میں کچھ زنانہ ہارموز داخل کیے جاتے ہیں، جیسے 20 فیصد مزید زنانہ ہارموز دے دیے جاتے ہیں تو جسم کا قدرتی سسٹم اس کو دیکھتا ہے کہ یہ بیماری کہاں سے آ گئی۔وہ ہارموز کا بیلنس پورا کرنے کے لئے مزید 20 فیصد مردانہ ہارموز پیدا کرتا ہے تا کہ قدرتی تناسب برقرار رہے۔جب جسم کو ایکسٹرا ہارموز ملتے ہیں تو جسم پھیلنے لگ پڑتا ہے، آپ تھوڑی ورزش کریں جسم بنتا چلا جاتا ہے۔

یورپ میں کھلاڑی لڑکیاں بھی بہت تعداد میں ہارموز استعمال کرتی ہے۔فٹبال، باسکٹ بال، سائیکلنگ، ہر کھیل میں مرد و عورتیں سب استعمال کرتے ہیں۔سٹرائیڈ کا دوسرا اصول یہ ہے کہ یہ جسم میں پانی کو روک لیتا ہے، جسکی وجہ سے وزن بڑھ جاتا ہے، اگر ساتھ ہی ورزش صحیح طریقے سے کی جائے تو یہ وزن مسلز میں تبدیل ہو جاتا ہے۔سٹرائیڈ مریضوں کو 5 ملی گرام تک روزانہ دیئے جاتے تھے، باڈی بلڈر وغیرہ اس کو 100 سے 150 ملی گرام روزانہ تک استعمال

کرنے لگے۔پھر کچھ شیر ایسے بھی ہیں جو کہ 500 ملی گرام روزانہ لے لیتے ہیں، اس سے تین دنوں میں 13 کلوگرام تک وزن بڑھایا جا سکتا ہے۔ایک ماہر باڈی بلڈر کے کہنے کے مطابق سٹرائیڈ کو احتیاط سے استعمال کر کے دو سال میں 20 کلوگرام کا آدمی محفوظ طریقے سے دو سال میں 95 کلو کے جن نما انسان میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

جب مجھے ان چیزوں کا تفصیل سے پتہ چلا جو کہ 1996ء کی بات ہے تو مجھے پہلے اپنے خاصی محنت کر کے مسلز بنانے پر افسوس ہوا۔پھر بعد میں یورپین اور مغربی باڈی بلڈروں اور مسلز والوں پر ترس آنے لگ پڑا۔کیونکہ یہاں پر 95 فی صد باڈی بلڈز اسے استعمال کیے جاتے ہیں جو کہ مقابلوں میں کنٹرول میں نہیں آتے۔یہاں کھیلوں پر بے شمار کتابیں لکھی جا چکی ہیں جن میں ہر کھلاڑی نے اپنی اپنی تحقیقات بھی شامل کی ہیں۔نئے کھلاڑیوں کو اس میں بڑی آسانی رہتی ہے۔

مغرب والوں کو یہ بھی پتہ چل گیا ہے کہ اگر ایک کھلاڑی مقابلے میں مصروف ہے تو ہال وغیرہ میں موجود دوسرا آدمی اس کو ذہنی انرجی دے سکتا ہے۔یہ ایسے ہی سمجھ لیں جیسے ہمارے ملکوں میں دعا کی جاتی ہے۔مغرب والے دعا تو بھول چکے ہیں لیکن وہ اس کو Positive Vibration دینا کہتے ہیں۔ بیلجیم میں ایک ٹیبل ٹینس کے چیمپئن کھلاڑی نے اس موضوع پر ایک اچھی کتاب لکھی ہے۔مجھے ذاتی طور پر بھی اس چیز کا تجربہ ہو چکا ہے۔میں کھیلوں کا شوقین ہونیکی وجہ سے اس کے بارے میں سوچتا رہا تو اس میں نئے نئے پہلو نظر آئے۔مثلاً سپورٹس میں ایک بہت اہم پہلو ہے کہ اگر آپ مقابلہ شروع ہونے سے پہلے ذہنی طور پر جیت کی حالت میں ہیں تو پھر آپ کی جیت کے بہت زیادہ امکانات ہیں۔اسکی مثال میں آپ کو ایسے دے سکتا ہوں کہ مثلاً باکسنگ کے مقابلے میں ایک صحیح لگا ہوا مکا کھلاڑی کو جتا دیتا ہے جب کہ اتنی ہی طاقت سے پھینکے (مارے) ہوئے سو مکے ضائع چلے جاتے ہیں یا اصل جگہ سے چند انچ ادھر ادھر لگتے ہیں اور ان کا مد مقابل پر کوئی اثر نہیں ہوتا۔

چاہے ہاکی یا فٹ بال یا کرکٹ، اس میں بھی ذہنی طور پر جیت کی حالت میں رہنے والا جیتتا ہے اور ہارنے والا ہارتا ہے، ٹیم میچ میں کپتان کا حوصلے میں رہنا سب سے اہم ہوتا ہے۔ عمران خان اعتماد (Confidance) میں رہتا تھا تو اس کی ٹیم جیت جایا کرتی تھی، وہی ٹیم بعد میں سب سے پٹتی رہی۔ہار جیت میں Winning Mentallity ہوتی ہے یا Lossing

Mentallity کھلاڑی یا ٹیم کیپٹن جو بھی پیدا (Develop) کرلے مقابلے کا نتیجہ اس کے مطابق نکلتا ہے۔دنیا میں مسابقت کے ہر کام میں یہی اصول کام کرتا ہے۔

یہ بات آپ کو حضرت علی کرم اللہ وجہہ کے واقعات میں بھی ملتی ہے کہ جب ان سے پوچھا گیا کہ آپ مقابلے میں دشمنوں سے کیسے جیتتے رہے تو انہوں نے فرمایا کہ انہوں نے پوچھا گیا کہ آپ مقابلے میں دشمنوں سے کیسے جیتتے رہے تو انہوں نے فرمایا کہ انہوں نے مجھے جتوایا۔ یعنی مدمقابل مقابلے سے ہی ذہنی طور پر ڈر گئے تھے اور ہار مان چکے تھے۔رسول پاک کی حضرت علی کرم اللہ وجہہ کو دی ہوئی دعا اس سلسلے میں ہروقت مددگار ہوتی تھی۔جو کہ آپ نے انکی بہادری کے لیے کی تھی۔

میں پاکستان کی کرکٹ اور ہاکی ٹیم کے کافی میچ دیکھنے کے بعد اس نتیجے پر پہنچا کہ اگر یہ حوصلے میں ہوتے ہیں تو سب سے جیت جایا کرتے ہیں اور اگر نروس ہوں تو جونیئر ٹیم سے بھی ہار سکتے ہیں اور یہ بڑی آسانی سے نروس ہو جاتے ہیں، پاکستان سپورٹس والوں نے اس مسئلے پر کوئی توجہ نہیں دی یا بہت کم توجہ دی (زیادہ توجہ بہرحال جیبوں پر ہی رہتی ہے) لیکن کھیل میں مہارت، جسمانی ٹریننگ اور فٹنس سے بھی زیادہ اہم اور غور طلب معاملہ یہ ہی ہے۔لیکن کھلاڑی بیچارے کیا کریں، ہمارے ملک میں ملک کو چلانے والے سوبڑوں کو بھی ان باتوں کا بہت کم پتہ ہے۔

میدان کھیل کا ہو یا صنعت و تجارت کا، اصول یہی کام کرتا ہے۔مغرب والے اس اصول کو ہر جگہ استعمال کرتے ہیں جب کہ ہمارے یہاں زیادہ سے زیادہ تکیہ دعاؤں پر کیا جاتا ہے۔ حالانکہ دعاؤں کے ساتھ انسان کو ذہنی اصول بھی پتا ہوں تو پھر ہر چیز بہتری سے کی جا سکتی ہے۔ پھر اگر مناسب جسمانی تربیت اور کھیل کی اہلیت بھی ہو تو نتیجے بہت ہی بہتر نکلیں گے۔ہمارے کھلاڑی مسلمان ہونے کے ناطے اندرونی طور پر زیادہ یقین والے ہوتے ہیں اس لیے ان پر اعتماد یا نروس ہونے کا زیادہ اور فوری اثر ہوتا ہے۔بہرحال دعا کے ذریعے آپ گھوڑوں کی ریس میں گدھے کو دوڑا کر نہیں جتا سکتے۔گھوڑوں سے گھوڑا ہی جیتے گا۔چاہے دیسی ٹٹو ہی ہو۔

آجکل مغرب میں ایسی چیزیں عام کیمسٹوں سے بھی ملنے لگ پڑی ہے جو کہ طاقت دیتی ہیں مثلاً ایک دوا کا نام creatine ہے جسے ہر شخص کسی بھی کیمسٹ سے بغیر ڈاکٹر کی اجازت کے خرید سکتا ہے۔اس دوا کا فائدہ یہ ہے کہ اگر کل 1000 کیلوریز ہیں تو جسم اس میں سے تقریباً 300 کیلوریز استعمال کرتا ہے باقی سات سو کیلوریز جسم سے نکل جاتی ہیں۔ creatine کے کھانے

کے بعد وہ سات سو کیلوریز بھی جسم میں ہی استعمال ہو جائیں گی۔اگر شخص صحیح جسمانی تربیت بھی کرتا ہے تو پھر اس کا جسم بہت جلد تیار ہوتا جاتا ہے۔ 1999ء تک creatine پر کسی قسم کی پابندی نہیں تھی۔کھیل میں لئے گئے ٹسٹوں میں اس کی کوئی ممانعت نہیں ہے۔ایسی ہی چیزیں کھانے کی وجہ سے آپ سب مغربی کھلاڑیوں کا مسلز والا جسم عام دیکھ سکتے ہیں۔مغرب میں کچھ کھلاڑی اپنے جسم میں مقابلوں سے پہلے زائد خون بھی ڈلواتے ہیں بلکہ کچھ لوگ تو ہر دوسرے تیسرے روز یہ کرتے ہیں۔غرضیکہ جب سے کھیلوں میں زیادہ پیسہ ملنے لگ پڑا ہے ساری دنیا میں ہارمونز وغیرہ کے استعمال کی ایک دوڑ شروع ہو چکی ہے ایک دوا کی ممانعت ہو چکی ہے تو دس نئی دوائیں سامنے آجاتی ہیں۔چور اور پولیس کی طرح ساری دنیا میں اس کی ایک نہ ختم ہونیوالی دوڑ شروع ہوگئی ہے۔بہرحال چور ہمیشہ ایک قدم آگے ہی ہوتا ہے۔ویسے بھی ہر ملک میں بڑے چور اور پولیس بہن بھائی ہیں۔

یہ بڑی مضحکہ خیز بات ہے، اس کا تو مطلب یہ ہوا کہ اب مختلف ملک بجائے اپنے کھلاڑیوں کو اولمپکس وغیرہ میں بھیجنے کے اپنے ہارمونز کا مقابلہ کر کے انعام لے لیا کریں۔جس کے ہارمونز سب سے بہتر ہوں اسے گولڈ میڈل دے دیا جائے۔کچھ غریب ملکوں کے لوگ اگر اب بھی صرف اپنی جسمانی اہلیت اور برتری پر مقابلے جیت لیتے ہیں تو یہ ان کی واقعی ہمت ہے۔ہارمونز استعمال کرنے میں ایک بڑی قباحت یہ بھی ہے کہ شروع میں جتنے استعمال کر کے فائدہ اٹھایا جاتا ہے، تھوڑے ہی وقت میں جسم اسکا عادی ہو جاتا ہے پھر اس کی مقدار بڑھانی ہی پڑتی ہے۔جو کہ اس کو چھوڑنے یا نہ چھوڑنے دونوں صورت میں بیماریوں پر جا ختم ہوتی ہے۔دنیا میں کسی بھی مصنوعی خوراک دوائی یا ہارمونز میں سب سے بڑا نقص یہی ہے۔

مغرب میں اب سپورٹس سے متعلق تحقیقات کرنے والوں نے انسان کے خون کے گروپ کے مطابق انکی درجہ بندی بھی کر لی ہے کہ فلاں فلاں گروپ خون والے کے فلاں فلاں چیز نہیں کھانی چاہیے۔اس میں صرف او پلس یا او منفی کے ساتھ کے اور نمبر بھی دیکھے جاتے ہیں۔

ہم خوراک میں بنیادی طور پر چھ چیزیں استعمال کرتے ہیں۔

۱. پانی ۲. لحمیات (Protien) ۳. چکنائی (Fats) ۴. نشاستہ (Carbohydrate)
۵. وٹامن (Vitamin) ۶. معدنیات (Minerals)

پانی وٹامن اور معدنیات میں کوئی کیلوریز نہیں ہوتیں۔سپورٹس مین کی خوراک میں 50 فی

صد Carbohydrate ہونے چاہییں 25 فی صد پروٹین اور 25 فی صد Fats ہونے چاہییں۔

جسم میں عضلات (مسلز) بنانے میں صرف پروٹین ہی استعمال ہوتی ہے جو کہ انڈے کی سفیدی، گوشت، دودھ، دہی، ماش چنے کی دال اور سرخ لوبیا میں بہت مقدار میں پائی جاتی ہے اس لئے جسم بنانے والی کھیلوں میں حصہ لینے والے کو اس کا لازمی استعمال کرنا چاہیے۔

سپورٹس کے بارے میں اتنا لکھنے کی وجہ یہ بھی ہے کہ ہمارے ملک میں اس کی معلومات بہت کم ہیں۔ اور آج کل سپورٹس ایک بڑا منافع بخش کاروبار بن چکی ہیں۔ پیشہ وارانہ کھیلوں کی تحقیق کرنے والے ماہروں نے دیکھا ہے کہ کھلاڑیوں میں مختلف یکساں صلاحتیں (یعنی جسمانی فٹ نس، طاقت، محنت کرنا، ذہانت) ہونے کے باوجود سب سے اہم چیز جو انہیں ضرورت ہوتی ہے وہ قسمت (Luck) ہے۔ دوسری سب صلاحیتیں رکھنے والا لکی نہ ہو تو کامیابی نہیں حاصل ہوتی۔ قسمت کیا ہے، یہ پہلے ہی بیان ہو چکا ہے۔ میرے تجربے میں بھی دنیا میں کسی بھی کام میں بڑی کامیابی کے لئے روحانی توانائی ضرورت ہوتی ہے۔ پہلے بھی ذکر ہو چکا ہے کہ اگر ایک کھلاڑی کھیل رہا ہو تو دوسرا اسے باہر سے انرجی دے سکتا ہے۔ یہ اسی طرح ہے جس طرح کبھی کبھی کشتی وغیرہ کے مقابلوں میں کوئی ایک طرف کا بزرگ ''پڑ باندھ'' (پڑ یعنی میدان باندھ دینا) دیتا ہے۔ یعنی وہ پاس بیٹھا تسبیح گھماتا اور کچھ پڑھ کر پھونکتا رہتا تھا جس کی وجہ سے اس کا پہلوان جیت جایا کرتا تھا، مخالف پہلوان ویسے ہی بدحواس ہو جایا کرتا تھا۔ محمد علی کے ساتھ کافی حد تک ایسا کام اس کا ساتھی Bodeni کرتا تھا جو اس کے کونے میں کھڑا ہو کر شور مچاتا اور عجیب وغریب حرکتیں اور اچھل کود کرتا رہتا تھا۔ محمد علی اس کے علاوہ اپنے مخالف کو مقابلے سے پہلے ہی ڈرا اور ایمپریس کر دیا کرتا تھا جس کی وجہ سے وہ اس سے مقابلہ شروع ہونے سے پہلے ہی ہار جایا کرتے تھے۔ بہت سے باکسروں کو اس نے اسی طرح پہلے ہی چیلنج کر کے چھٹے راؤنڈ میں ہرا دیا تھا۔

یورپ میں سبھی مہنگے کھیلوں میں یہ صلاحیت استعمال کی جا رہی ہے۔ ہمیں بھی چاہیے کہ اسے اہم کھیلوں میں استعمال کریں ورنہ کھیلوں کا تھوڑا بہت بھرم جو ہمارے ملک میں رہ گیا ہے، وہ بھی ختم ہو جائیگا۔ اور ساتھ ہی ہمیں کھلاڑیوں کی خوراک بھی تبدیل کرنی ہوگی۔ یہ باہر سے انرجی دینا روحانی صلاحیت رکھنے والا آدمی ہی بہتر طریقے سے کر سکتا ہے۔ یہ فاصلے سے بھی دی جا سکتی ہے۔ مقابلے سے پہلے یا اس کے دوران ذہنی طور پر ہارنے یا جیتنے کا ذکر پہلے بھی ہو چکا ہے۔ مسلمانوں میں اس کی اہمیت بہت زیادہ ہے۔ پاکستان کی کرکٹ یا ہاکی ٹیم کے میچ دیکھتے وقت

بار ہا دیکھا کہ یہ حوصلے اور اعتماد سے کھیلیں تو اچھی سے اچھی ٹیم سے جیت جاتے ہیں اور اگر نروس ہو جائیں تو پھر تھرڈ کلاس ٹیم سے بھی ہار جاتے ہیں۔ کرکٹ یا ہاکی کے شائقین کو میری بات سے اتفاق ہوگا۔ ہمارے کھلاڑیوں کو یہ اصول لازمی معلوم ہونا چاہیے، خصوصاً ٹیم کپتان کو۔

دوڑوں میں لمبی دوڑ والے کے مسلز کی کوالٹی قدرتی طور پر چھوٹی دوڑ والوں سے مختلف ہوتی ہے، یہ تبدیل نہیں ہو سکتی۔

عام آدمی کا دل منٹ میں 72 بار دھڑکتا ہے۔ نیشنل گیمز میں لمبی دوڑ والوں کا دل منٹ میں 30 تا 40 بار دھڑکتا ہے۔ ٹینس کے مشہور کھلاڑی بائرن بورخ کا دل 27 بار دھڑکتا تھا۔ ایسے اتھلیٹوں اور دوڑنے والوں کا دل عام دل سے 25 تا 30 فی صد سائز میں بڑا ہوتا ہے، یہ ورزش سے بڑھا کرتا ہے۔ اس کے زیادہ بڑے سائز کی وجہ سے اسے کم کام کرنا پڑتا ہے اور اس پر زیادہ دباؤ نہیں پڑتا اور بڑی عمر میں بھی دل کی بیماری نہیں ہوتی۔ عام آدمی کے جسم پر کوئی 13 فی صد اور عورتوں پر 25 فی صد چربی ہوتی ہے، اچھے اتھلیٹ کے جسم پر 6 فی صد سے 5 فی صد تک ہوتی ہے۔

کوئی بھی ورزش اگر جسمانی بنانے والی ہے تو اسے ایک دن وقفے کے ساتھ کریں۔ جسم کو جب یہ آرام ملتا ہے تو مسلز (عضلات) بڑھنے لگ پڑتے ہیں، ہر روز وہی ورزش کریں تو جو بھی ورزش ہو اس کو دس بار سے زیادہ کرنے میں جسم سے چربی ختم ہوتی ہے، مگر دس بار تک کرنے میں مسلز بنتے ہیں (کوئی بھی ورزش چاہے ڈنٹر لگانے یا ڈمبلز میں یہی اصول کارفرما ہے)۔ اس لیے ایسی ورزش دس بار سے زیادہ مت کریں، یعنی دس بار ایک دفعہ کریں مگر زیادہ وزن (ویٹ) استعمال کیا کریں تا کہ جسم پر دباؤ پڑے اور جسم اس کا عادی ہی نہ ہو جائے اور بڑھنا بند کر دے۔ کم بار اور زیادہ وزن کے ساتھ جو بھی ورزش کریں اسے کم از کم چار سیٹ میں کیا کریں جس میں سے پہلا سیٹ (تقریباً دس کا ہونا چاہیئے) جسم کو وارم اپ کرتا ہے، دوسرا بڑھاتا ہے، تیسرا پورا پھیلا دتا ہے، اور چوتھا اسے بڑا کرتا ہے۔ عام اصول مسلز بنانے میں یہی استعمال ہوتا ہے۔ جب آپ کوئی ورزش کرتے ہیں جسم کی حرکت کے حساب سے دماغ متحرک حصے میں خون بھیجتا ہے جس میں موجود پروٹین وہاں موجود مسلز کا حصہ بن جاتی ہے، جوں جوں جسم کا وہ حصہ زیادہ استعمال ہوتا جاتا ہے وہاں زیادہ مسلز بنتے چلے جاتے ہیں۔



باب نمبر ۲۷

خواب

سچے خوابوں کی تاریخ بہت پرانی ہے. اس میں حضرت ابراہیمؑ کا خواب بھی تھا جس میں انہوں نے دیکھا کہ وہ حضرت اسماعیلؑ کی قربانی کر رہے ہیں. حضرت دانیال کے خواب بھی خاصی شہرت رکھتے ہیں.

خوابوں کے بارے میں میرے ذاتی تجربے میں آیا ہے کہ آپ انہیں اپنے سوچ کی طاقت (ذہن کی پروگرامنگ) کے ذریعے بہت بہتر کر سکتے ہیں اور ان کی صلاحیت بڑھ جایا کرتی ہے اور ان کی قسم بھی تبدیل ہو جاتی ہے. اسی طرح غلط پروگرامنگ انہیں خراب کر دیتی ہے.

خواب کو سمجھنے یا خواب کی تعبیر بتانے کی روایت اسلام میں رسول پاک ﷺ سے ہی شروع ہو گئی تھی، آپ اکثر صحابہ کرامؓ سے ان کے خواب پوچھا کرتے تھے اور ان کی تعبیر بتایا کرتے تھے. حدیث پاک ہے کہ سچا خواب نبوت کا چالیسواں حصہ ہے. خود آپ ﷺ کو نبوت سے پہلے سچے خواب آیا کرتے تھے جو چند روز میں پورے ہو جاتے تھے. حضرت ابو بکر صدیقؓ بھی تعبیر رویہ کے ماہر تھے. بائبل اور قرآن میں حضرت یوسفؑ اور فرعون کے خواب کا واقعہ موجود ہے. امریکہ میں سائنس دانوں نے باقاعدہ نیند کی تجربہ گاہیں (Sleeping Lab) بنائی ہیں جن میں انسان کی نیند اور خواب کی کیفیت وغیرہ کا اندازہ بڑے حساس آلات کے ساتھ کیا جاتا ہے. اس میں عجیب عجیب اور دلچسپ تجربات ہوئے ہیں. ان کے مطابق عام آدمی کے ایک رات میں خواب کے آٹھ دور Cycle ہوتے ہیں، ان کے درمیان چند لمحوں کا وقفہ ہوتا ہے، اس وقت انسان سونے اور جاگنے کے درمیان میں ہوتا ہے اس وقت انسان کی پتلیاں تیز تیز حرکت کرتی ہیں.

اسی طرح اگر کسی کو خواب نہ دیکھنے دیا جائے اور پتلیوں کی حرکت دیکھ کر اسے جگا دیا جائے تو تین ہفتے میں خواب نہ دیکھنے کی وجہ سے انسان پاگل ہو جائے گا. سائنسدانوں نے اس میں لوگوں کے جسم سے نکلنے کے تجربے بھی نوٹ کئے. جس میں امتحان کے طور پر کہیں اونچی جگہ یا صندوق میں پڑی ہوئی کسی نامعلوم چیز کا بتانا تھا کہ وہ کیا ہے. ان میں سے کچھ لوگوں نے یہ چیز صحیح دیکھ لی.

ہر رات انسان پر نیند میں کچھ دیر کیلئے ایسی کیفیت طاری ہو جاتی ہے جو موت سے مشابہہ ہوتی ہے۔ یہ کیفیت تقریباً آٹھ سیکنڈ سے لے کر ایک منٹ تک رہتی ہے، قرآن پاک میں بھی اس کیفیت کا ذکر موجود ہے۔ خوابوں کی مذہب سے باہر جو معقول سائنسی وجہ معلوم ہوتی ہے وہ یہ ہے کہ یہ ہمارے لاشعور کی فلم دیکھاتے ہیں۔ لاشعور کے پیغام وصول نہیں کرنے دیتا، مگر سوتے وقت شعور کا پردہ اوپر سے ہٹ جاتا ہے۔ پھر لاشعور پوری طرح طاقت میں ہوتا ہے اور ہماری مدد کرتا ہے۔ ہر معاشرے، مذہب یا ملک میں کہیں نہ کہیں سچے خوابوں کا واقعہ یا تاریخ موجود ہے۔ خوابوں کو چار قسموں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ اس میں سے پہلے خواب ایسے ہوتے ہیں جن کا کوئی مطلب نہیں ہوتا مثلاً جیسے بچے خواب میں دیکھتے ہیں کہ وہ اپنے من پسند کھلونوں سے کھیل رہے ہیں۔ اسی طرح کوئی بھوکا یا پیٹو خواب میں دیکھتا ہے کہ وہ بہترین قسم کے کھانے کھا رہا ہے۔ انسان کی طبیت خراب ہونے اور بیماری کی حالت میں دیکھے گئے خواب کی بھی کوئی اہمیت نہیں ہوتی۔

دوسرے ایسے خواب ہوتے ہیں جن میں آپ کوئی نشان (Symbol) دیکھتے ہیں، جیسے کوئی خواب میں صاف پانی دیکھے تو اس کا مطلب حلال اور بہت پیسہ آنا ہوتا ہے۔ اسی طرح گدلے پانی کا مطلب غلط پیسے سے ہے۔ اسی طرح کسی کو خوب میں شیر گھوڑا یا کوئی پرندہ وغیرہ نظر آتا ہے، اس کا اپنا اپنا مطلب ہوتا ہے جو کہ آپ کسی اچھے خواب نامے میں دیکھ سکتے ہیں۔

تیسری قسم کے خواب جو کچھ لوگ دیکھتے ہیں، ان کا مطلب الٹا ہوتا ہے جیسے وہ اگر خود کو مشکل میں دیکھیں تو آسانی ہوتی ہے اور کسی اچھی حالت میں دیکھیں تو ان کو کوئی پریشانی ہوتی ہے۔ الٹے خواب آپ اپنے پچھلے تجربات سے معلوم کر سکتے ہیں کہ ایسے لوگوں کو پہلے جو خواب آئے تھے ان کے الٹے مطلب نکلے تھے۔ چوتھی قسم کے خواب ایسے ہوتے ہیں جس میں لوگ فلم کی طرح چیزیں دیکھتے ہیں۔ اس میں دیکھی جانے والی چیزیں تھوڑے دنوں میں حقیقت میں واقع ہو جاتی ہیں۔ یہ خوابوں کی سب سے بہتر اور طاقتور قسم ہوتی ہے۔ اگر لوگوں کو ایسے خواب آنے شروع ہو جائیں تو انہیں اس کو لکھ لینا چاہئے۔

عام طور پر کم خواب دیکھنے والے بھی اگر اپنے خواب شروع کریں تو ان کے خوابوں کی حس طاقتور ہو جاتی ہے اور زیادہ تعداد میں اور صحیح خواب آنے لگ پڑتے ہیں اور جتنا یہ یقین پکا ہو کہ میں صحیح خواب دیکھتا ہوں اتنے ہی سچے خواب آتے ہیں۔ خوابوں کے بارے میں جو عجیب بات

مجھے معلوم ہوئی ہے وہ یہ کہ اگر کوئی سچے خوابوں پر یقین نہ کرے تو پھر اسے سچے خواب نہیں رہتے۔ کیونکہ خواب ہر آدمی دیکھتا ہے اور عموماً سچے خواب بھی ہر ایک کو کسی نہ کسی حد تک آتے رہتے ہیں، مگر اس پر اعتبار نہ کرنے والے ان کو بہت کم دیکھتے ہیں یا کم از کم یاد نہیں رکھ سکتے۔ مغربی ملکوں والے سچے خوابوں پر یقین نہیں کرتے اور ان کو اسی وجہ سے صحیح خواب نہیں آیا کرتے۔ چوتھی قسم کے اور حقیقت پر مبنی خواب اسلام کی روحانیت میں بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ مثلاً شروع میں عام روزمرہ زندگی کے بارے میں کچھ سچے خواب آیا کرتے ہیں۔ پھر کچھ عرصے کی ترقی کے بعد سالک خود کو مختلف مقدس مقامات پر دیکھتا ہے، کچھ اور ترقی کے بعد کوئی بزرگ یا مقدس ہستی خواب میں آنے لگتی ہے۔

انہی خوابوں میں بعض اوقات سالک کو مختلف روحانی ہدایات بھی دی جاتی ہیں جو کہ کسی ایک خاص ہستی یا بزرگ کی جانب سے ہوتی ہیں اور کبھی کبھی صرف آواز بھی آیا کرتے ہے کہ فلاں ورد یا سورت پڑھا کرو اسی طرح اور بھی مختلف طرز کے پیغام صرف آواز کی صورت میں ملا کرتے ہیں۔

آواز وغیرہ عموماً اس کو آیا کرتی ہے جو کسی کو پیر نہ مانتا ہو۔ ماننے والوں کو عموماً پیر یا کوئی اور بزرگ خواب میں ہدایات دیتا رہتا ہے۔ ایسے خوابوں میں جو چیز پڑھنے کا حکم ملے یا کچھ کرنے کا حکم ملے تو سالک کو اس پر عمل کرنا چاہئے، پھر ہدایات جاری رہتی اور بڑھتی رہتی ہیں۔ روحانی ترقی کے ساتھ ساتھ پھر ملکی حالات اور واقعات کے خواب بھی آنے شروع ہو جاتے ہیں جو کچھ خاص معنوں کے حامل ہوتے ہیں۔ مجھے 1990ء کے بعد ہی سچے خواب آنے شروع ہوئے گو میری امی جان کو بچپن سے ہی سچے خواب آیا کرتے تھے۔ 1995ء سے یہ خواب ایک خاص رخ اختیار کر گئے۔ 1995ء جولائی میں مجھے رسول پاک ﷺ کی سوتے جاگتے کے درمیان زیارت ہوئی، یہ صرف زیارت ہی نہیں تھی بلکہ اس میں ایک بڑا اہم پیغام بھی تھا۔ جو کہ بتانا اس وقت مناسب نہیں ہے۔ میری روحانیت کا اصل سفر وہاں سے ہی شروع ہوا۔ رسول پاک ﷺ کی زیارت مجھے اس وقت ہوئی جب میرا ان چیزوں پر یقین نہیں تھا۔ سوچنے والوں کے لئے یہ چیز دلچسپی کا سبب ہوگی۔

اس کے بعد خوابوں کی رفتار بہت زیادہ ہوگئی اور تقریباً ہر چھوٹی بڑی ہونے والی چیز اور واقعات خواب میں نظر آ جاتے یا دکھا دیے جاتے تھے۔ ساتھ ہی آس پاس کے سب لوگوں کو بھی

سچے خواب آنے لگے پڑے. یہ پہلے بھی ہوتا تھا، لیکن اب ان کی رفتار زیادہ ہو گئی تھی. سچے خوابوں کا ایک مطلب یہ بھی ہوتا ہے کہ آپ کا شعور اور لاشعور ترتیب (Tune) میں آگئے ہیں. ایسا انسان دوسرے لوگوں کے مخفیہ حالات اور مستقبل میں ہونے والے واقعات جاگتے میں بھی معلوم کرسکتا ہے، صرف اس کو مناسب مشقوں یا کچھ رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے. خود اعتمادی ہو تو یہ انسان خود بھی بغیر رہنمائی کے یہ چیزیں سیکھ سکتا ہے، یہ شخص صرف اعتماد کی کمی کی وجہ سے یہ ہونے والی چیزیں اور مخفی حالات جاگتے میں نہیں دیکھ سکتا.

خوابوں میں ایک خاص بات یہ ہوتی ہے جس میں انسان کو کوئی خاص چیز یا صلاحیت عطا کی جاتی ہے، جیسے کچھ لوگوں کو خواب میں کشف عطا کیا جاتا ہے یا روحانی علاج وغیرہ کی صلاحیت دے دی جاتی ہے. یہ صلاحیت اگر کسی خاص بڑے بزرگ جیسے خواجہ غریب نوازؒ یا جناب غوث پاک سے عطا ہو تو اس کی طاقت عام بزرگ کی دی ہوئی چیز سے زیادہ ہوتی ہے.

اسی طرح اگر رسول پاکؐ سے کوئی چیز عطا ہو جائے، تو پھر اس کے کیا کہنے اور یہ ہمیشہ رہنے والی ہوتی ہے. ''خواب میں انسان ماضی میں جا کر بھی کسی روحانی ہستی سے مل سکتا ہے''.
خواب میں ایک بات یہ بھی ہوتی ہے کہ اگر آپ کا شعور اور لاشعور ایک ترتیب (Tune) میں نہ ہوں تو خواب بھی بے سرے اور بے ترتیب آتے ہیں. اگر یہ صحیح ہوں تو مکمل اور صحیح خواب آیا کرتے ہیں.

آپ کو عموماً صبح کے وقت دیکھی گئی باتیں یاد رہتی ہیں کیونکہ اس وقت انسان جاگنے کے قریب ہوتا ہے. کئی لوگ دن میں جو کچھ دیکھتے ہیں، یعنی انکے دن کے خواب صحیح ہوتے ہیں. یہ بات ہر ایک کو اپنے اپنے تجربات سے معلوم ہوتی ہے. آپ بھی اپنے مختلف وقتوں کے خواب لکھا کریں. بہرحال اس بات کا تعلق بھی انسان کے دماغ کی پروگرامنگ سے ہوتا ہے کہ اس کے صرف دن کے، یا رات کے ہی خواب صحیح ہوتے ہیں.

یہ بھی خیال رکھیں کہ آپ کوئی بھی نیا ورد یا عبادت شروع کرتے ہیں تو آپ کے خواب بھی تبدیل ہو جاتے ہیں. اگر یہ بہتر ہو گئے ہیں یا پہلے چند دن آپ کو بہتر حالات اور چیزیں نظر آتی ہیں تو وہ ورد یا ذکر صحیح ہے، اگر غلط خواب آئیں تو انہیں تبدیل کر لیں اور دوسرے کوئی اذکار شروع کریں.

آپ اپنے خوابوں کو مثبت سوچ کی طاقت دے کر (یعنی یہ سوچ کر کہ وہ بالکل صحیح ہوتے

ہیں) بہتر کرسکتے ہیں. اگر آپ اپنے سچے خوابوں پر یقین مضبوط رکھیں تو یہ زیادہ واضح اور صحیح ہو جاتے ہیں اور شک کرنے کی صورت میں کمزور ہو جایا کرتے ہیں. خوابوں میں اگر آپ کو اپنے ملک یا غیر ملکی حالات وغیرہ نظر آنے لگ پڑتے ہیں تو اس کا مطلب یہ بھی ہوسکتا ہے کہ آپ کی روحانیت بڑے لیول پر پہنچ گئی ہے. آپ اس لیول پر عملی کردار بھی ادا کرسکتے ہیں.

اس بات پر ذرا غور کریں اور یہ بھی سوچیں کہ دوسرے عام لوگوں کو ایسے خواب کیوں نہیں آیا کرتے.

خوابوں میں ایسا بھی ہو جاتا ہے کہ کچھ لوگ اپنا جسم چھوڑ کر کہیں پر چلے جاتے ہیں اور وہاں عملی طور پر کچھ کر کیا جایا کرتے ہیں، جب کہ وہ اسے خواب ہی سمجھتے ہیں، لیکن یہ حقیقت میں ہوا کرتا ہے. ان کا اندرونی جسم (وجود ملتصب) کبھی کبھی وہ کام حقیقت میں کر لیتا ہے. خواب میں چلنا تو ایک عام فہم بیماری ہے، اس کا اس صلاحیت سے کوئی تعلق نہیں.

یہ کتاب لکھتے وقت مجھے ایک دلچسپ خواب آیا، یہ 20 ستمبر 1998ء کو دن میں دیکھا. میں اس کتاب کو لکھنے میں مصروف تھا. اس میں دیکھا کہ میں، قدرت اللہ شہاب صاحب اور ایک بوڑھا جیپ میں بیٹھے پاکستان کے کسی علاقے میں جا رہے ہیں. وہاں شہاب صاحب سائیڈ پر نکلنے والی ایک بڑی سڑک کی طرف اشارہ کر کے کہتے ہیں ''یہ ایک پگڈنڈی تھی جو میں نے دریافت کی، پھر یہاں سڑک بنی ہے''. اس خواب میں ہم خود جس بڑی سڑک پر جا رہے ہیں وہ میں ہی بنوا رہا ہوں. ہمارے ساتھ جو بوڑھا جیپ میں بیٹھا ہوا ہے وہ اس ہی علاقے (جنگل کے علاقے) کا رہنے والا ہے. وہ بوڑھا بڑے حیران سے لہجے میں کہتا ہے کہ تم لوگ (ہم جیسے اس کے لئے پردیسی ہیں) بڑی عجیب چیز ہو (وہ متاثر بھی ہوتا ہے اور حیران اور اپنی کم معلومات یا علم کا اظہار بھی کرتا ہے اور جیسے تھوڑا حسد بھی اسے ہو).

شہاب صاحب مجھے اس پگڈنڈی کا بتاتے ہیں کہ وہ اس پر چلتے چلتے سو گئے تھے پھر جاگے تو ڈرے کہ جنگل بیابان ہے کچھ حادثہ بھی ہوسکتا ہے، اور واپس آگئے. جب شہاب صاحب مجھے یہ واقعہ سنا رہے ہوتے ہیں تو میں یہ سب آنکھوں سے دیکھ رہا ہوتا ہوں کہ جہاں وہ سوئے اور جب جاگے تو ان کے قریب ایک چھوٹا سا بندر بھی تھا. میں نے خواب میں محسوس کیا کہ شہاب صاحب جنگل میں زیادہ اندر نہیں گئے تھے اور جلدی واپس آگئے. انہیں اور اندر جانا چاہئے تھا. خواب میں جنگل میں جو سڑک میں بنوا رہا تھا یہ خاصی چوڑی اور اچھی بن رہی تھی.

اس خواب کا مطلب واضح تھا کہ شہاب صاحب نے شہاب نامہ لکھا اور جو دوسرے کام کیے تھے، مجھے بھی اسی قسم کے کام کرنے ہیں. یہ کتاب انشاءاللہ انہیں کی شروعات میں سے ہے. مجھے اکثر اگر خواب میں کوئی واقعہ سناتا ہے تو میں اسی وقت عموماً وہ واقعہ اپنی آنکھوں سے دیکھنے لگ پڑتا ہوں اور ایسے خواب بالکل صحیح ہوتے ہیں، جو بہت سے تجربات کے بعد معلوم ہوا. اسی طرح ہر شخص کو اپنے خواب کسی نہ کسی حد تک خود سمجھنے چاہئیں.

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۲۸

اولیائے کرام کے کچھ اقوال

حضرت غوث پاکؒ کے اقوال ورع:

ورع کے 3 درجے ہیں. ایک عوام کا، وہ حرام اور شبے سے بچنا ہے، دوسرا خواص کا کہ نفس و ہوا میں جس امر کی خواہش کرے اسے چھوڑ دو، تیسرا خواص الخواص کا ہے کہ اپنے ہر خیال اور ارادے سے درگزر کرے اور ورع کی دو قسمیں ہیں. ورع ظاہر، وہ یہ کہ اللہ کے لئے ہی حرکت کرے اور ورع باطنی یہ ہے کہ تیرے دل میں اللہ کے سوا کچھ داخل نہ ہو. کلام میں ورع مشکل تر ہے، ریاست میں زہد بہت مشکل ہے اور زہد ورع کا پہلا درجہ ہے، اور ورع بجز اس کے پورا نہیں ہوتا کہ اپنے نفس پر دس خصلتیں پوری کرے.

(۱) زبان کی غیبت سے حفاظت

(۲) سوظن سے بچے کہ ایک دوسرے کے بارے میں بدگمانی نہ کرو کیونکہ بدگمانی گناہ ہوتی ہے

(۳) مسخرہ پن چھوڑ دے

(۴) محارم کی چشم پوشی کرے اپنی آنکھیں نیچی رکھا کریں

(۵) سچ بولا کرے

(۶) اللہ تعالیٰ کا خود پر احسان سمجھے، یہ احسان ہے کہ تم کو ایمان کی ہدایت دی ہے

(۷) اپنے مال کو راہ حق میں خرچ کرنا، باطل میں نہیں

(۸) اپنے نفس کی بلندی، اور تکبر نہ کرے

(۹) پانچوں نمازوں کی اپنے وقت پر حفاظت کرے

(۱۰) طریق سنت والجماعت پر مستقیم ہو کہ فرمان اللہ ہے کہ یہ میرا سیدھا راستہ ہے

تقویٰ کے بارے میں فرماتے ہیں. متقی کا ظاہر تو حدود کی حفاظت ہے اور اس کا باطن نیت اور اخلاص ہے. تقویٰ کا طریق اول بندوں کے مظالم وحقوق اور تمام بڑے بڑے گناہوں اور چھوٹے چھوٹے گناہوں سے بچنا ہے. پھر دل کے گناہوں کو جو کہ گناہوں کی مائیں اور اصول ہیں چھوڑنا. جن سے اعضا کے گناہ نکلتے ہیں یعنی ریا، نفاق، عجب، کبر، حرص، طمع، خوف مخلوق اور

ان سے امید جاہ، ریاست کی طلب بڑائی، ان کو چھوڑ دے۔

پھر فرماتے ہیں اے غلام، سچ اور صفائی کو لازم کر، اگر یہ دونوں نہ ہوتے تو انسان اللہ کا مقرب نہ ہوتا۔ آپؒ سے پوچھا گیا کہ آپ کا امر کس چیز پر مبنی ہے، آپؒ نے فرمایا صدق پر، میں نے کبھی جھوٹ نہیں بولا، آپ نے لا الــــہ الا اللہ اور سورۃ اخلاص کو سب سے بہتر ذکر فرمایا ہے۔

خواجہ غریب نواز معین الدین چشتیؒ فرماتے ہیں۔ جس شخص میں یہ تین خصلتیں پائی جاتی ہوں، یقین مانو اللہ تعالیٰ اسے دوست رکھتے ہیں، اول سخاوت، یعنی دریاؤں کی طرح سخی ہو، دوم شفقت، یعنی آفتاب کی طرح شفیق ہو، سوم تواضع، یعنی زمین کی طرح متواضع ہو۔

پھر فرماتے ہیں عارف جو ارادہ کرتا ہے فوراً ہو جاتا ہے اور جس سے بات کرتا ہے اس سے جواب سنتا ہے (چاہے وہ چیز بیجان پتھر وغیرہ ہی کیوں نہ ہو)۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۲۹

حدیث پاک ﷺ

حدیث پاک ﷺ پر کچھ لکھنا ایک ایسا نازک موضوع ہے جو کہ وہی شخص کر سکتا ہے۔ جس نے برسوں مختلف محدثین کرام کی کتابوں کا مطالعہ کیا ہو۔ بدقسمتی سے ابھی تک میں یہ کام کم ہی کر سکا ہوں۔ لیکن کچھ ایسے علماء سے ملنے اور بات چیت کرنے کا اتفاق ہو چکا ہے جو یہ کام بخوبی کر چکے تھے۔ حدیث پاکؐ اسلام کی اہم ترین ضرورت ہے، اس کے بغیر قرآن کو سمجھنا بہت مشکل ہے۔ مگر جب ہم حدیث پاک کو پڑھتے ہیں تو اس میں کچھ ایسی احادیث پاک بھی شامل ہیں جن کو پڑھ کر عام مسلمان شک و شبہے کا شکار ہو جاتا ہے۔ ان میں سے ایک مثال پیش خدمت ہے، جو صحیح بخاری میں درج ہے۔ حضرت ابو ہریرہؓ سے حدیث بیان کی جاتی ہے کہ آنحضرتؐ نے فرمایا ''وہ شخص دوزخ میں نہیں جائے گا جس نے لا الــہ الا اللہ پڑھا اور اس پر قائم رہا''۔ اب عام سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ دوزخ سے بچنے کے لئے اگر یہی کافی ہے تو پھر باقی چیزیں نماز، روزے، زکوۃ، حج، حقوق العباد، سب کہاں چلے گئے، ان کی کیا کوئی اہمیت نہیں ہے۔ کیا یہ پڑھنے والا باقی نماز روزہ سب کچھ چھوڑ دے اور ہر برائی کرتا رہے، وہ بھی جنت میں ہی جائے گا۔ عام حدیث پاکؐ میں تین قسم کی احادیث بیان کی گئی ہیں۔

(۱) صحیح (یا مکمل)

(۲) مشتبہہ (جس میں ایک آدھ راوی غائب ہو)

(۳) ضعیف

صحیح بخاری صحیح احادیث کا سب سے بڑا مجموعہ تسلیم کیا جاتا ہے۔

مگر وہاں موجود احادیث میں ایک اہم بات موجود نہیں وہ یہ کہ اس میں احادیث پاک تو صحیح شامل کی گئی ہیں۔ لیکن یہ معلوم نہیں ہوتا کہ یہ حدیث رسول پاک ﷺ نے کب بیان فرمائی ہے، کیا یہ کسی خاص ایک آدمی کے لئے حکم تھا یا سب مسلمانوں کے لئے ہے، اور کیا یہ حدیث ایک مخصوص وقت کے لئے تھی یا ہمیشہ کے لئے ہے۔

اوپر بیان کردہ حدیث رسول پاک ﷺ نے اس وقت بیان فرمائی تھی جب ابھی نماز فرض

نہیں ہوئی تھی۔ اس کا حکم اس وقت تک تھا جب تک فرض نمازوں کا حکم نہ آ گیا۔ یہ حکم واقعہ معراج میں آیا تھا۔ پھر نیا حکم تھا کہ جس نے نماز پڑھی وہ شخص دوزخ نہیں جائے گا۔ وقت کے ساتھ اسی طرح حکم بڑھتے چلے گئے۔ جب یہ پہلی حدیث آئی تو اس وقت مسلمان ہونے کی صرف یہی شرط ہوتی تھی کہ وہ یہ کلمہ پڑھے۔ یہ وہ اہم موضوع ہے جس پر پاکستان میں عام مسلمانوں کو بہت ہی کم علم ہے۔ باقی مسلمان عالموں کا تو مجھے علم نہیں، لیکن مودودی صاحب نے اس موضوع پر صحیح اور زیادہ کتابوں کا مطالعہ کیا تھا۔

اسی طرح ایک اور حدیث پاک کا ذکر ہوا جس میں رسول پاک ﷺ نے فرمایا کہ پانی کھانے کے بعد پینا چاہئے۔ لیکن ایک اچھا دوست کہنے لگا کہ اس نے تو حدیث مبارک یہ سنی ہے کہ پانی کھانے سے پہلے پینا چاہئے۔

میری جب ایک الجزائری عالم سے بات ہوئی تو وہ کہنے لگا کہ یہ دونوں احادیث صحیح ہیں۔ مگر پانی پہلے پینے کا جس صحابی کو حکم فرمایا گیا تھا اسے کوئی بیماری تھی، اسی وجہ سے اسے ضرورت تھی کہ وہ پانی پہلے پیا کرے۔ جب کہ بعد میں پانی پینے کا حکم عام مسلمانوں کے لئے ہے۔ اس کتاب میں یہ سب لکھنے کا مقصد عام مسلمانوں کو اس بارے میں آگاہ کرنا ہے کہ اس موضوع پر صحیح کتابیں موجود ہیں جن میں سے اہم ترین کتاب شرح البحری شرح البخاری مصنف (امام بخاری) ہے، مگر ان کتابوں کا غالباً اردو میں ابھی تک ترجمہ نہیں کیا گیا اس کتاب میں احادیث مبارک کی سب اقسام اور ان کے مختلف پہلوؤں پر معلومات اور تفصیل دی گئی ہے۔ عام مسلمانوں کو حدیث پاک کا اس طرح علم نہ ہونے کی وجہ سے ہی دوسرے فرقوں والے ان کا دماغ خراب کرنے میں لگے رہتے ہیں۔

حالانکہ میرے تجربے میں آیا ہے کہ ہمارے ملک میں مذہب کا صحیح علم کسی بھی فرقے والوں کو کم ہی ہے، وہ صرف دوسروں کے نقص ڈھونڈتے رہتے ہیں۔ بہر حال عام مسلمانوں کی نظر اس پہلو پر ضرور جانی چاہئے، ورنہ وہ شش و پنج کا شکار ہوتے ہیں۔ آج کل ایسا دور ہے کہ ہر آدمی سب چیزوں کی وجہ جاننا چاہتا ہے۔ دنیا بہت آگے جا چکی ہے اور بہت تبدیل ہو چکی ہے۔ اگر آج بھی عام مسلمانوں کو مذہب کا صحیح علم نہ ملا تو ان کے ماضی کی نسبت گمراہ ہونے کے زیادہ امکانات ہیں، خصوصاً ملک سے باہر رہنے والوں کے لئے یہ مسئلہ زیادہ نازک ہے۔ حدیث پاک ﷺ پر ایک بڑی اہم کتاب کا نام "حدیث اربعہ" ہے جس میں چاروں سنی فرقے کے

اماموں کی اکٹھی کی ہوئی احادیث موقع محل کے ساتھ موجود ہیں۔ جو کہ ہر ایک اہم فقی مسئلے کے حساب سے ترتیب دی گئی ہیں (حدیث اربعہ صرف عربی اور انگریزی میں ملتی ہے اردو میں اس کا شاید ابھی تک ترجمہ نہیں کیا گیا)۔

احادیث پاک  کی بھی وہی اہمیت ہے جو کہ عیسائیت میں بائبل کی ہے۔ مگر بائبل میں حضرت عیسیٰ کے ہر فرمان کے ساتھ پورا وقوعہ بتایا جاتا ہے، جبکہ زیادہ تر احادیث کے ساتھ واقعہ نہیں لکھا گیا۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۳۰

وردواذکار کے کچھ طریقے

وردواذکار کرتے وقت تصور کریں کہ اللہ تعالیٰ آپ کے سامنے موجود ہے اللہ تعالیٰ نور ہے۔اس میں نور کا ہی تصور رکھیں، جیسے چاندنی ہوتی ہے اور اللہ کا نور آپ کے جسم میں داخل ہو رہا ہے۔ یہ آپ کے سر کے اوپر سے اندر داخل ہو گیا یا پھر آپ کے ہاتھوں سے گزرتا ہوا بھی جا سکتا ہے (آپ جو بھی بہتر محسوس کریں وہی کر سکتے ہیں) نور ان حصوں سے گزرتا ہوا پورے جسم میں بھر جاتا ہے۔ وردوذکر کے شروع میں چند منٹ یہ تصور کریں کہ اللہ کا نور آپ کے جسم میں بھرتا جا رہا ہے۔ پھر یہ تصور ختم کریں دیں، اب صرف ورد کرتے رہیں۔نور اب خود بخود ہی آپ کے جسم میں بھرتا چلا جائے گا۔

کچھ دن یہ مشق کرنے کے بعد واقعی آپ کو اپنے جسم میں اس نور کی توانائی محسوس ہوگی۔ بعد میں آپ ایسے ہی کسی بھی روحانی ہستی سے روحانی توانائی اسی طرح لے سکتے ہیں، یہ سب کیفیت کچھ وقت کے بعد باقاعدہ جسم میں محسوس ہوگی۔ آپ کا لاشعور وقت اور فاصلے کی قید سے آزاد ہے، یہ ہر جگہ ہر وقت (ماضی، حال و مستقبل میں کہیں بھی) موجود ہو سکتا ہے۔ جو کچھ بھی آپ مراقبے میں تواتر کے ساتھ کریں اور یقین مضبوط رکھیں، یہ وہ سب چیزیں پیدا کر لیتا ہے بلکہ ہر دوسری جگہ پر بھی اسی وقت پہنچ جاتا ہے۔

''عقل مند کے لئے اشارہ کافی ہے''۔ اللہ ہر جگہ موجود ہے، اللہ کے نور کا ایک ذرہ آپ میں بھی ہے، وہ بھی ہر جگہ موجود ہو سکتا ہے۔ ''جو کچھ بھی کر رہے ہیں ان پر یقین رکھیں۔ اعتقاد پکا رکھیں کہ یہ چیزیں ملنی ممکن ہیں اور آپ ان کے قابل ہیں، پھر سب کچھ آپ کو مل جائے گا''

جب آپ کسی دوسری جگہ کا تصور کریں کہ آپ وہاں موجود ہیں تو پھر اپنے گھر میں اپنے جسم کو بھول جائیں۔ ایک وقت میں ایک چیز پر توجہ کریں یہ نہیں کہ چند سیکنڈ وہاں، چند سیکنڈ یہاں موجود۔ یہی کوئی بھی خاص روحانی چیز کرنے کا اہم اصول ہے ''ایک وقت میں ایک چیز کرنا''۔

ایسے سب مراقبات پوری بند آنکھوں کے بجائے اگر آپ آسانی محسوس کریں تو آدھ کھلی آنکھوں کے ساتھ بھی کر سکتے ہیں۔ آدھ کھلی آنکھ کی صورت میں توجہ سامنے موجود کسی نقطے یا

دھیے پر رکھ لیا کریں۔ (یہ مراقبات میں خود بھی کرتا رہا ہوں، یہ خاصے فائدہ مند رہتے ہیں)۔
مراقبہ کرنے کا مطلب کسی ایک چیز یا اللہ تعالیٰ کی طرف ہی توجہ مرکوز کرنا ہوتا ہے۔

کوئی بھی ورد یا مراقبہ کرتے وقت آنکھیں بند یا نیم بند کر کے اپنے اندر توجہ کرنا سالک کے لئے بہت فائدے مند ثابت ہوتا ہے۔ پھر سالک اپنے اندرونی ڈر، خوف اور جھجک کا واقف ہو جاتا ہے، اس کے بعد وہ انہیں آسانی سے ختم کر سکتا ہے۔ اپنے اندر توجہ کرنے سے انسان کو اپنا اندر پرسکون (Relax) کرنے میں آسانی رہتی ہے، پھر ڈر و خوف خود ہی ختم ہو جاتے ہیں۔ انسان اپنا آپ سمجھنے لگ پڑتا ہے اور سیانے کہتے ہیں "جس نے خود کو سمجھ لیا اس نے خدا کو سمجھ لیا۔" یہ بات بالکل صحیح ہے۔

شروع شروع میں ورد و ذکر کرتے وقت ایسا کرنا آسان نہیں ہوتا کہ سالک اس طرف توجہ نہیں مرکوز کر پاتا، زیادہ دھیان ورد پڑھنے پر ہی لگا رہتا ہے۔ مگر کچھ وقت کے بعد سالک ایسا آسانی کے ساتھ کر لیا کرتا ہے۔ ایسا کرتے وقت مختلف چیزوں وغیرہ کا سوچ کر ان کے بارے اپنے ڈر و جھجک کو بھی ختم کیا جا سکتا ہے۔ ورد و ذکر اور مراقبات میں یا تو انسان ذہن بالکل خالی رکھتا ہے یا پھر کوئی ایک ہی تصور ذہن میں رکھتا ہے۔ اسی طرح تو انسان ذہن بالکل خالی رکھتا ہے یا پھر کوئی ایک ہی تصور ذہن میں رکھتا ہے۔ اسی طرح صرف اپنے اندر توجہ بھی کی جا سکتی ہے، ایسا کرنے سے انسان کو بہت سی اندرونی طاقت بھی ملا کرتی ہے۔ شروع شروع میں ایسا ہر سالک کو لازمی طور پر کرنا چاہئے۔ اس کے علاوہ اپنے شریعت پر کار بند رکھنے کا یقین اس سفر میں آپ کا ساتھی ہونا چاہئے۔ اسلام کے روحانی مراقبات میں خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب نے کچھ اچھے مراقبات اپنی کتابوں میں بیان کئے ہیں۔

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۳۱

دعا

دعا کی طاقت ایک ایسی طاقت ہے کہ اس سے تقدیر بھی بدل جاتی ہے۔

مغرب والے بہت کچھ سیکھ چکے ہیں مگر دعا ان کی سمجھ میں نہیں آتی۔ کیونکہ دعا کی قبولیت کے لیے یقین کامل اور اللہ پر توکل چاہئے اور وہ چونکہ اللہ کو اندرونی طور پر نہیں مانتے اس لیے یہ چیز ان کے بس کی بات نہیں اور دعا اللہ سے ہی کی جاتی ہے۔ دعا کا اصول بنیادی طور پر یہی ہے کہ آپ اپنی سب انرجی کو ایک مرکز پر اکٹھا کرتے ہیں جس کی وجہ سے آپ کے کام ہو جاتے ہیں اور دعا کی انتہا توکل اللہ ہے جس میں انسان کا خدا کے ساتھ تعلق ہو جاتا ہے۔ اس میں انسان کو یہ اندھا یقین ہوتا ہے کہ یہ کام اللہ ہی کرے گا ضرور کرے گا، کیسے کرے گا، یہ اللہ کا مسئلہ ہے، لیکن کام ضرور ہوگا۔ مسلمانوں میں عجیب عجیب لوگ پیدا ہوتے ہیں اور پیدا ہوتے رہیں گے فرید الدین عطار جناب امام حنبل کے بارے میں لکھتے ہیں۔ جو ایک واقعہ اکثر سنایا کرتے تھے کہ ایک دفعہ میں صحرا میں سفر کر رہا تھا، راستہ بھول گیا، پھر کچھ دیر کے بعد مجھے ایک بدو سفر کرتا ہوا ملا، میں نے سمجھا کہ وہ بھی راستہ بھول گیا ہے۔ میں اسے پوچھنے لگا تو وہ پہلے ہی بول پڑا "امام حنبل تم سمجھتے ہو کہ میں راہ بھولا ہوا ہوں، حالانکہ تم خود راہ گم کردہ ہو۔"

میں اس کی بات سن کر حیران رہ گیا، یہ بھی سوچا کہ اللہ نے اپنے نیک بندوں کو کہاں کہاں چھپایا ہوا ہے۔ پھر میں نے اسے کھانا دینا چاہا تو وہ پھوٹ پھوٹ کر رونے لگا اور کہا "تم مجھے گداگر سمجھ کر کھانا دینا چاہتے ہو، سمجھتے ہو کہ میں بھوکا ہوں۔ لیکن تمہیں معلوم نہیں، جس خدا کے بھروسے پر میں یہاں اکیلے سفر کر رہا ہوں وہ سب کچھ دیتا ہے۔ میں نے تمہیں دیکھا تو سمجھا کہ تم نیک آدمی ہو مگر تم تو واقعی راہ گم کردہ ہو"، پھر کہنے لگا کہ "اللہ کے کچھ بندے ایسے ہیں کہ اگر وہ کہیں تو یہ سارا صحرا ہی سونے کا بن جائے۔" امام حنبلؒ بتاتے ہیں کہ میں اپنے اطراف میں نظر کی تو سارا صحرا ہی مجھے سونے کا نظر آیا اور ساتھ ہی ہاتف (غیبی فرشتے کے ذریعے اللہ کی آواز) کی آواز آئی "یہ میرے ان پیارے بندوں میں سے ہے جو اگر کہیں تو میں زمین و آسمان تہ و بالا کر دوں۔ یہ تمہاری خوش نصیبی ہے کہ یہ بندہ تمہیں ملا، لیکن تم اس کو دوبارہ نہیں مل سکو گے۔" ذرا غور

کریں یہ کس کو کہا جا رہا ہے؟ جناب امام حنبلؒ کو کسی عام آدمی کو نہیں۔

کچھ لوگ دوسروں کی مدد کے لیے اور طریقے بھی استعمال کرتے ہیں جیسے کچھ لوگ دوسروں کو مدد کے لیے تعویز وغیرہ بھی دے دیتے ہیں۔ دینے والے اور استعمال کرنے والے دونوں کے یقین پر اس کا انحصار ہوتا ہے۔ مگر یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ سالک روحانیت میں کچھ ترقی کرنے کے بعد کسی بھی وقت کسی بھی قسم کا تعویز دے سکتا ہے، وہ کام کرے گا۔ اس طرح یہ سالک کسی اور کے بتائے یا کہیں پڑھے سب ورد و اذکار بھی کامیابی کے ساتھ کر لیا کرتا ہے چاہے وہ موکلات والے ہی کیوں نہ ہوں۔ دعا کی ہمیں ہر حالت میں ہدایت کی گئی ہے۔ نماز بذات خود ایک دعا ہے۔ درود ابراہیمی پڑھنا بھی اسلام اور مسلمانوں کے لیے دعا ہے۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ رسول پاکؐ کو زمین و آسمان کے خزانوں کی کنجیاں دی گئی تھیں۔

دعا کو ہمیشہ اس یقین کے ساتھ مانگیں کہ یہ ضرور پوری ہوگی اور اگر کسی وجہ سے یہ پوری نہیں ہوتی تو پھر بھی یہ آپ کے اعمال میں جمع رہتی ہے اور جب پھر ضرورت ہوتی ہے تو کام آتی ہے۔ کبھی کبھی دعا اس وجہ سے بھی پوری نہیں ہوتی کہ اس کے پورا ہونے میں آپ کا کوئی نقصان ہے، آپ کو کیا معلوم کہ آپ جو مانگ رہے ہیں وہ آپ کے لیے بہتر ہے یا نہیں۔ کبھی کبھی اس لیے بھی پورا نہیں ہوتی کہ نئی دعا کی وجہ سے پرانی قبول شدہ دعا کا اثر ختم ہو سکتا ہے۔ پھر یہ بھی ہو سکتا ہے کہ اس کا پورا نہ ہونا ہی آپ کے لیے بہتر ہو۔ قرآن میں ثعلبہ کا ایسا واقعہ موجود ہے اور جب اللہ آپ کی سننے لگ پڑے تو پھر مزید احتیاط کریں کیونکہ کچھ لوگ اپنی ہی دعا کے چکر میں پھنس جاتے ہیں۔

جیسے کوئی کمزور یقین والا یہ دعا مانگ لے کہ اللہ مجھے رزق حلال ہی کھلا، اور اتنی دعا قبول ہو جائے لیکن یہ نہ مانگے کہ کسی کا محتاج نہ کرے یا اچھا گزارا کرائے، تو اگر اس کی دعا قبول ہو جاتی ہے تو پھر ہو سکتا ہے ساری عمر روتا ہی رہے۔ مثالیں بہت سی ہیں، عقل مند کے لیے اشارہ کافی ہے۔ میرے ذاتی تجربے میں بھی ایسی چیزیں آ چکی ہیں۔ کوئی بھی دعا کرتے وقت اگر آپ کا دل مانے تو وہ دعا کریں، ورنہ دوسرے ایسے وقت کے لیے ملتوی کر دیں۔ عموماً انسان کے دل میں موجود بے یقینی بھی دعا کے قبول ہونے میں رکاوٹ ہوتی ہے۔ اپنے اندر جھانک کر اسے سمجھیں اور دور کریں۔ سالکوں کو چاہیے کہ وہ اپنی دعا کا اثر دیکھتے رہیں۔ اگر آپ پر اللہ کا فضل شروع ہو جاتا ہے تو اس کے گھر کس چیز کی کمی ہے۔

بارش کی دعا مانگ کر دیکھیں، بیماروں کی شفا کی دعا کریں۔ اپنی تلوار کی دھار آزما کر دیکھیں۔ اگر اللہ آپ کی سب دعائیں سن لیتا ہے تو لوگوں کو یہ بھی نہ بتائیں، ورنہ لوگ آپ کا گھیراؤ کر لیں گے۔ ہاں ایسا بتا سکتے ہیں کہ کافی دعائیں قبول ہو جاتی ہیں۔ اس بات کا پتہ مجھے ایک ایسے شخص سے لگا جس کی اللہ سب کچھ سن لیتا ہے۔ ورنہ لوگ ایسے ایسے کام لے کر آ جاتے ہیں جن کا ہونا ناممکن یا جائز ہی نہیں ہوتا۔ ایسے لوگوں سے صرف مجذوب ہی نبٹ سکتے ہیں کہ جس بات پر دل ہوا وہ بول دی ورنہ چاہو بولو چاہے ڈھول مارو، کچھ کرو، وہ چپ بیٹھے رہتے ہیں۔

سالک کا درجہ مجذوب سے بہت اوپر ہے اور اس میں حوصلہ بھی بہت چاہیے۔ کچھ مجذوبوں میں یہ صفت بھی ہوتی ہے کہ ان کو لاشعوری طور پر معلوم ہو جاتا ہے کہ اس شخص کا کام ہوگا، یہ ہو سکتا ہے تو کہہ دیتے ہیں کہ تمہارا کام ہو جائے گا اور کام نہ ہونا ہو تو چپ ہی بیٹھے رہتے ہیں "اصل خواب شاذ و نادر ہی ملتے ہیں۔" آپ کو چاہیے کہ اگر آپ کی کوئی دعا قبول نہیں ہوتی تو اس میں اپنی کوئی بھلائی سمجھیں اور ایسی دعا کو بھولنے کی کوشش کریں، کہ یہ قبول نہیں ہوئی۔ دعائیں اس صورت میں ہی قبول ہوتی ہیں جب آپ اللہ اور اس کے رسولؐ کے بتائے ہوئے راستے پر چلیں۔ آپ کی نیت نیک ہو تو پھر اللہ آپ کی کیوں نہیں سنے گا۔

جب آپ اللہ کا کہا ہی پورا نہ کریں اور پھر شکوہ کریں کہ اللہ نہیں سنتا ہے تو یہ آپ کی اپنی غلطی ہے۔ دعا میں یہ گنجائش ہوتی ہے کہ اگر آپ کسی نامعلوم شخص کے لیے کرتے ہیں تو آپ نیت رکھ سکتے ہیں کہ اگر وہ اچھا شخص ہے تو پھر اسے فائدہ دے ورنہ نہیں۔ اسی طرح کسی کے بارے میں دعا کرتے وقت اس شخص کا نام یا شکل معلوم ہونی لازمی نہیں۔ مشہور کتاب حصن حصین میں حدیث بیان کردہ دعاؤں کی مقبولیت کے اوقات میں سے چند ایک کا بیان۔

1۔ نماز کی اذان کے وقت
2۔ قرآن کریم کی تلاوت سے فارغ ہو کر مانگے
3۔ خاص کر قرآن کریم ختم کرنے کے بعد (چاہے خود کرو یا کوئی اور)
4۔ زم زم کا پانی پینے کی حالت میں (چاہیے کہ زم زم پر کھڑا ہو کر پانی پیئے اور دعا مانگے)
5۔ مرغ کی اذان کے وقت
6۔ مسلمانوں کے دینی اجتماعات میں (ان مسلمانوں کے ساتھ یا تنہا دعا کرے)

7۔ ذکر کی مجلسوں میں

8۔ میت کی آنکھیں بند کرنے کے وقت

9۔ بارش برسنے کے وقت

10۔ خانہ کعبہ کو دیکھنے کے وقت. جس وقت بھی نظر پڑے

11۔ روزہ افطار کرتے وقت مانگی ہوئی دعا قبول ہوا کرتی ہے

ذاتی تجربے میں آیا ہے کہ فرض نماز کے بعد پانچ سات یا گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھ کر دعا مانگی جائے، پھر آمین کہہ کر پھر اتنی ہی بار دوبارہ درود شریف پڑھ کر آمین کہی جائے تو اللہ اکثر سن لیتا ہے. دعا کی بات ہو رہی ہے تو قلندر ایک لطیفہ سنا رہا ہے. ایک میراثی کو کسی نے بتایا کہ ستائیسویں رمضان کی رات میں ایک گھڑی ایسی آتی ہے کہ جو دعا مانگی جائے وہ قبول ہو جاتی ہے. ستائیسویں کی رات وہ اپنے کوٹھے پر کھڑا ہو گیا اور دعا مانگنی شروع ہو گیا.

''سونے دا بنڑا دے''

''سونے دا بنڑا دے''

یعنی اللہ سارا کوٹھا ہی سونے کا بنا دو.

یہی کہتے کہتے آدھی رات ہو گئی، کہے جا رہا ہے، سونے دا بنڑا دے سونے دا بنڑا دے. پھر تین چوتھائی رات گزر گئی. اس کو نیند آنے لگ پڑی. آنکھیں بند ہونی شروع ہو گئیں لیکن پھر بھی سر جھٹکے اور دعا مانگتا جائے آنکھیں بار بار بند ہوں لیکن ڈھیٹ بن کر دعا کرتا جائے کہ سونے دا بنڑا دے. آخر رات ختم ہونے لگی، سائیڈ پر صبح کی سفیدی آنے لگ پڑی. اب اس کو شک ہونے لگ پڑا کہ یہ کیا ہے دعا قبول کیوں نہیں ہوئی تھوڑ دیر بعد سوچنے لگا کہ یہ سب ڈھکوسلہ ہے، ایسے ہی کسی نے بتا دیا ہے. ساری رات جاگتا رہتا تھا. غصے میں آ کر کہنے لگا ''اچھا سونے دا نہیں بنڑاں داتے ڈھادے'' یعنی اللہ اگر کوٹھا سونے کا نہیں بناتے ہو تو گرا ہی دو. اتفاقاً یہ دعا قبول ہونے کا وقت تھا. مکان گر گیا، دھڑ دھڑ کرتا نیچے زمین پر جا گرا. اٹھا، کپڑے جھاڑتے ہوئے اوپر دیکھا اور کہنے لگا ''ایناں کماں داتے بڑا تیز ایں'' (اللہ ان کاموں کا تو بڑے تیز ہو).

اکثر لوگوں کی دعا اس وجہ سے ہی قبول نہیں ہوتی کہ ان کے ذہن میں یہی شک گھسا ہوتا ہے کہ اللہ ان کی نہیں سنتا. آپ اللہ کے کہنے پر عمل کریں یعنی حقوق اللہ و حقوق العباد، پھر اللہ آپ کی ضرور سنے گا. میرے اپنے تجربات اور تحقیق میں یہ سامنے آیا ہے کہ دعا کی قبولیت میں

آپ کا یہ یقین ہی سب سے اہم ہوتا ہے کہ آپ کی دعا قبول ہوتی ہے. اگر آپ کو یہ یقین نہیں ہے تو پھر آپ کی دعا بہت کم ہی قبول ہو گی. دعا کی قبولیت کے بارے میں قرآن پاک میں لکھا ہوا ہے.

سورۃ البقرہ میں ہے ''اور جب آپ سے پوچھیں میرے بندے میرے بارے سو میں قریب ہی ہوتا ہوں قبول کرتا ہوں دعا مانگنے والے کی دعا کو جب مجھ سے دعا مانگے تو چاہئے کہ وہ حکم مانیں اور یقین لائیں مجھ پر تا کہ نیک راہ پر آئیں'' (182)

سورۃ الاعراف میں ہے. ''اور مت ڈالو خرابی زمین میں اس کی اصلاح کے بعد اور پکارو اس کو ڈر اور توقع سے بیشک اللہ کی رحمت نزدیک ہے نیک کام کرنے والوں سے'' (56)



باب نمبر ۳۲

اسم اعظم

بہت سے لوگ ساری عمر اس تلاش میں لگے رہے کہ اسم اعظم مل جائے. اسم اعظم کے بارے میں یہ کہا گیا ہے کہ اس کو پڑھ کر جو دعا مانگی جائے وہ قبول ہے. عام خیال یہ ہے کہ اسم اعظم اللہ کے ننانوے ناموں میں سے کوئی نام یا کچھ ناموں کا مجموعہ ہے. اس کے بارے میں کتنے مختلف لوگوں نے بہت سی کتابوں میں کافی کچھ لکھا کہ اسم اعظم اللہ تعالیٰ کا فلاں فلاں نام ہے. دراصل اللہ کے سب نام اسم اعظم ہیں. ان کو پڑھتے وقت اپنے آپ پر وہ کیفیت طاری کرنا، اپنے آپ کو بھول جانا کہ بس اللہ ہی اللہ ہے، اس کیفیت کو اسم اعظم کہتے ہیں. اسم اعظم آپ کے یقین کا نام ہے. جس کے ساتھ آپ اللہ کا کوئی بھی کلام پڑھ کر دعا کرتے ہیں.

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم میں اللہ کا نام تین بار آیا ہے اور اللہ کے تینوں بہت مہربان نام خاص ترتیب سے آئے ہیں ان کا پڑھنا بہت مفید ہے اس کو تین، پانچ، سات یا گیارہ بار پڑھ کر جو کام کریں انشاءاللہ کامیابی ہوگی. باقی آپ کے یقین اور توکل کی بات ہے.

اسم اعظم اپنے یقین کامل اور توکل خدا کا نام ہے. چھپا کچھ بھی نہیں اسلام میں ہمیں سب کچھ بتا دیا گیا ہے اور سب کچھ آپ کے اندر موجود ہے بس اسے سمجھنے کی کوشش کریں. اسلام میں سب اہم باتیں واضح بتا دی گئی ہیں. میرے خیال میں اسم اعظم اسی یقین کا نام ہے کہ میری دعائیں لازمی قبول ہوتی ہیں (اور ایسے لوگ ہر دور میں مسلمانوں میں موجود رہے تھے ہیں اور رہیں گے) اور باقی سالک کا یقین جس بھی طریقے پر بیٹھ جائے وہی طریقہ کامیاب رہتا ہے.



باب نمبر ۳۳

حالات معلوم کرنے کے طریقے

روحانیت میں ان چیزوں کا ذکر کرنا عجیب لگتا ہے لیکن بے شمار لوگ ان چیزوں میں دلچسپی رکھتے ہیں اور میں خود ان ہی چیزوں سے چلتا چلتا اسلام کی روحانیت میں آیا ہوں. میرا کام اس وقت لوگوں کو ان چیزوں کے بارے میں رہنمائی دینا ہے، عمل کرنا ان کا اپنا کام ہے.

اسلام کی روحانیت میں آپ کو کشف کا ذکر ملتا ہے، یا پھر قرآن پاک سے فال نکالنے کا. جب کہ خواب اور اس کی تعبیر کا اس میں باقاعدہ سلسلہ موجود ہے. جب کہ شیعہ حضرات علم جعفر پر یقین رکھتے ہیں اور کچھ اہل سنت رمل کو جائز کہتے ہیں. میں اس بحث میں نہیں جاؤں گا کہ کیا حلال ہے اور کیا حرام ہے. اتنا ضرور کہوں گا کہ مستقبل کے بارے میں پیش گوئی کرتے وقت انشاءاللہ ضرور کہئے اور جہاں تک ہو سکتا ہے مستقبل اور غیب دانی کے دعوئی سے گریز ہی کریں. کیونکہ مستقبل تبدیل ہوتا رہتا ہے، خصوصاً کوششوں اور دعاؤں کی مدد سے. گو حالیہ مخفیہ واقعات بہت حد تک معلوم کئے جا سکتے ہیں.

اگر کوئی یہ کہتا ہے کہ مستقبل تبدیل نہیں ہوتا تو پھر انسان کو دعا کیوں کرنے کو کہا گیا ہے. ایسے کہنے والے سے بحث کرنا ہی بیوقوفی ہے.

مستقبل کے بارے میں مثبت پیشن گوئی کی کوشش کریں کیونکہ بے شمار پیش گوئیاں پوری ہونے کی وجہ قسمت پوچھنے والے کا یقین ہوتا ہے یا قسمت بتانے کا اپنے علم پر پکا یقین اور عموماً اس کی کالی زبان بھی.

جب آپ کسی کو کوئی پیش گوئی کرتے ہیں تو وہ آپ کی بات اپنے ذہن میں بٹھا لیتا ہے اور لاشعوری طور پر اسی راہ پر گامزن ہو جاتا ہے. جتنا اس کا بتانے والے پر اعتقاد ہوگا اتنی ہی بتانے والے کی پیش گوئیاں پوری ہوں گی، اس طرح انسان اپنا مستقبل خود ہی بناتا ہے. اس بات کے ساتھ ہی بہت سے سوالوں کا دروازہ کھل جاتا ہے کہ ایک پکی یا مطلق تقدیر ہوتی ہے اور ایک تقدیر کے بارے میں لوگ کہتے ہیں کہ یہ معلق ہوتی ہے اور تبدیل ہوتی رہتی ہے، جب کہ پکی تقدیر لوح محفوظ پر لکھی ہوتی ہے.

مستقبل کے بارے میں بہت سی ایسی باتیں ہوتی ہیں جن کی ابھی سے بنیاد بن چکی ہوتی ہے. جیسے آپ کسی پرائیویٹ کمپنی کے ملازم ہیں آپ کے مالک کو بہت گھاٹا ہو رہا ہے اسے کوئی امید نظر نہیں آتی. اس نے فیصلہ کر لیا ہے کہ فلاں ماہ میں وہ کمپنی کو بند کر دے گا۔

تو اگر کوئی آپ کو آپ کا کام تبدیل ہونے کی پیش گوئی کرتا ہے تو اس کی بنیاد بن چکی ہے۔

اسی طرح اور بہت سے ایسے واقعات ہوتے ہیں جن کی بنیاد بن چکی ہوتی ہے۔

احتیاطاً کسی پیش گوئی کے حتمی ہونے کا مت کہیں اگر امکان کہیں تو زیادہ بہتر ہے۔

کسی کی موت یا کسی طرح کی منفی پیشن گوئی کبھی مت کریں. یا جیسے کسی کی شادی نہ ہونے کی یا ساتھی کے مر جانے کی. یہ سننے والے کی زندگی ابھی سے جہنم بن جاتی ہے۔

مستقبل شناسی اور غیب کی باتیں بتانے کی صلاحیت صرف اس صورت میں ترقی کرتی ہے جب انسان کو اپنی اس صلاحیت پر یقین بڑھنا شروع ہو جاتا ہے. ایک احتیاط آپ یہ ضرور کریں کہ کوئی چیز بھی شروع میں چھوٹے پیمانے پر ہی کریں. جب آپ کا اعتماد اس پر بیٹھتا جاتا ہے تو پھر آپ کی فیتھ کے حساب سے اس میں اسی رفتار سے ترقی ہو گی۔

مثلاً کسی بھی چیز میں پہلے ہاں یا نہ قسم کے سیدھے سادھے سوالوں سے ابتدا کریں۔

بہت سے لوگ کسی ایک نجومی یا جوتشی پر اعتبار کرنے لگتے ہیں، پھر اس نجومی کی کہی ہوئی باتیں اکثر پوری ہوتی ہیں. وجہ یہ ہوتی ہے کہ انسان جو کچھ بھی پکا یقین کرنے لگ پڑتا ہے لاشعور وہی چیزیں پیدا کر لیتا ہے. یہ شخص اپنے اندھے یقین کی وجہ سے یہ مستقبل خود ہی بنا لیتا ہے، یہ ایسے ہی ہوتا ہے جیسے کہ عامل نے اسے کچھ بتایا ہو. میں خود 1980ء سے لے کر 1996ء تک خصوصاً ہر قسم کے حالات معلوم کرنے کے طریقے، غیب دانی، ہپناٹیزم اور روحوں کو بلانا، ہر طرح کے طریقوں میں مصروف رہا. یورپ میں رہنے کی وجہ سے یہاں بے شمار ان چیزوں کے ماہروں کو ملا، اس سلسلے میں چاہتا ہوں کہ اپنے ان تجربات کا نچوڑ قارئین کو پیش کروں. اس کتاب کی طوالت کے حساب سے میں صرف سرسری طور پر ہی ہر ایک علم ذکر کر سکتا ہوں اور اس کی بنیاد اور اس کی حدود کے بارے میں ہی آپ کو بتا سکتا ہوں۔

لیکن یہ بھی کوئی حتمی بات نہیں ہے. ہو سکتا ہے میرا اندازہ بھی کسی چیز کے بارے میں صحیح نہ ہو لیکن ابھی تک پاکستان میں کسی نے ان علوم کا احاطہ کرنے والی اور اپنے ذاتی تجربات پر مبنی کوئی کتاب نہیں لکھی بلکہ کسی اور زبان میں بھی ایسی صحیح کتاب میری نظر سے نہیں گزری. گو

پاکستان میں ترجمہ کی ہوئی کتابیں مل جائیں گی جو کہ بذات خود اناڑیوں کی مغرب سے لکھی ہوئی آتی ہیں اور پاکستان میں ترجمہ کر کے ان کا رہا سہا بیڑا ابھی غرق کر دیا جاتا ہے. بہر حال کوئی بھی حالات معلوم کرنے میں سب سے بڑی مددگار چیز آپ کا یقین ہوتا ہے اور اگر کسی طرح آپ کو یہ یقین ہو گیا کہ آپ سب باتیں صحیح بتا لیتے ہیں اور خصوصاً اگر یہ یقین ہو گیا کہ آپ ماضی میں (آپ جتنے عرصے سے یہ کام رہے ہیں اس میں خصوصاً آخری چند ماہ) بھی بالکل صحیح یا بہت حد تک صحیح بتاتے رہے ہیں، تو پھر آپ کی صلاحیت بہت بڑھ جائے گی. جب کہ اپنے ماضی قریب کی صلاحیت کے بارے میں شک کرنے سے آپ کی صلاحیت بھی کمزور ہو جائے گی۔

کشف یا کوئی بھی ایسی چیز کرنے سے پہلے کوئی دعا یا سورۃ فاتحہ 3 بار پڑھ لیا کریں. اس سے انسان کی توجہ مرکوز ہونے لگ پڑتی ہے اور انسان کا ذہن چند بار ایسی مشق کے بعد مراقبے (Trance) میں چلا جاتا ہے، پھر انسان ایسی سب باتیں بہتر طریقے سے بتا سکتا ہے. ٹرانس میں چلے جانے والا ہی سب سے کامیاب رہتا ہے، ہر شخص کو اسی کی مشق کرنی چاہئے. اس میں انسان اپنے حالیہ حالات اور جگہ کو بھول کر ذہن صرف موجودہ سوالات پر مرکوز کر لیتا ہے. اس وقت اپنی آنکھیں عموماً بند یا نیم بند رکھی جاتی ہیں۔

کشف (Intuiton)

کسی چیز کو بغیر کسی امداد علم جیسے پامسٹری، آسٹرولوجی، رمل کے بتانے کو Intution (اس کا ترجمہ کشف ہی بنتا ہے) کہتے ہیں. اگر کسی آدمی کو اس میں مہارت ہو جائے تو پھر باقی سب علموں سے زیادہ اور آسانی سے باتیں بتائی جا سکتی ہیں. یہ عموماً قدرتی صلاحیت ہوتی ہے اور مشق وغیرہ کرنے، جیسے ارتکاز توجہ اور شمع بینی وغیرہ کرنے سے ابھر کر سامنے آ جاتی ہے. ویسے حقیقت یہ ہے کہ انسان کی روح میں غیب اور مستقبل معلوم کرنیکی ہر قسم کی صلاحیت پائی جاتی ہے. ہم نے خود اس طاقت پر پردہ ڈالا ہوتا ہے۔

کشف کے لیے پہلی بات یہ ہے کہ انسان کا ذہن سکون کی حالت میں ہونا چاہئے. بہت زیادہ چیزیں سوچنے والا کشف کو محسوس نہیں کر سکتا. سب سے آسان طریقہ یہ ہے کہ اپنے ذہن کو سکون کی حالت میں لا کر آنکھیں بند کر لیں، پھر آپ سوال پوچھنے والے سے اس کی گھڑی انگوٹھی یا عینک وغیرہ لے کر اپنے ہاتھ میں پکڑ لیں. پھر جو بھی پہلی چیز ذہن میں آئے، وہ اسے

بتادیں۔اس کے بعد آپ اس سے کہیں کہ وہ آپ سے کوئی سوال پوچھے۔شروع میں ایسے سوال پوچھے جائیں جن کا جواب صرف ہاں یا نہ میں دینا ہو۔تھوڑے دنوں کی مشق کے بعد پیچیدہ سوالوں کا جواب بھی دیا جاسکتا ہے۔

سوال سنتے ہی جو پہلا جواب آپ کے ذہن میں آتا ہے وہ اکثر آپ کی Intuition (کشف کی طاقت کا) ہوتی ہے، جو کہ صحیح ہوتی ہے لیکن آپ نے اسی پہلے جواب کو فوراً پکڑ لینا ہے۔ورنہ فوراً ہی دوسری سوچ آجاتی ہے جو کہ Logic (آپ کی دلیل کی سوچ) ہوتی ہے، اور عموماً پہلے سوال کے مخالف ہوتی ہے اور آپ کو سمجھ نہیں آتی کہ ان دونوں میں سے کشف کون سا ہے۔کوشش یہ کریں کہ جو خیال پہلے آئے وہی جواب دیں۔اگر آپ نے چند بار غلطی بھی کی تو تجربہ کرتے رہیں، چند بار کے بعد صحیح جواب مل جائے گا۔پہلی سوچ عموماً بڑی باریک سی ہوتی ہے اور فوراً ہی جاتی ہے، اسے شروع میں پکڑ لیا کریں۔

لیکن آنکھیں بند کرتے وقت یہ یقین رکھیں کہ آپ کو صحیح جواب آئیگا۔لوگ عموماً غلط جواب دینے کا ڈر ذہن میں رکھتے ہیں اور جس چیز سے ڈریں وہی ہوتا ہے۔دوسری سوچ کے صحیح ہونے کا مت سوچیں ورنہ کشف شروع سے ہی غلط بنیادوں پر کھڑا ہوگا۔پہلی سوچ ہی صحیح ہوتی ہے اگر آپ اس پر تھوڑی سی توجہ دیں۔

بہت سی چیزیں اگر آپ ذرا دھیان دیں تو معلوم ہو جاتی ہیں۔مثلاً کامیاب لوگوں کے چہرے بول رہے ہوتے ہیں، جیسے آپ صدر ایوب خان مرحوم کا چہرہ دیکھیں یا پرنس کریم آغا خان کا چہرہ دیکھیں، یہ کامیاب لوگوں کے چہرے ہیں۔

خصوصاً لوگوں کی آنکھیں انکے کردار اور اعتماد کا بڑی صفائی سے بتادیا کرتی ہیں۔پھر کوئی آدمی کسی کام کو کرنے جارہا ہے تو اکثر پہلا امپریشن ہی اس کے بارے میں بتاتا ہے کہ وہ اس کام میں کامیاب ہوگا یا نہیں۔

تھوڑے سے کامیاب تجربات کے بعد آپ اپنی تصور Visualization کی مشق یا مراقبے کے دوران تصور کی طاقت سے بڑھا سکتے ہیں۔اس کی بہت بڑی حد ہونی چاہئے، ہم اکثر اس کو چھوٹا بنا لیتے ہیں۔

اگر اپنی کشف (Intuation) پر شک کرتے ہیں تو یہ بھی آپ کو شک دیتی ہے۔اس لئے اپنی صلاحیت پر یقین ہونا سب سے لازمی چیز ہے۔جب یقین ہوگیا تو باقی کام خود ہی ہوجائے

گا۔اپنے کشف کی اس صلاحیت کو آپ اپنی مثبت سوچ کی طاقت دیں تو یہ بڑھتی اور صحیح ہوتی چلی جاتی ہیں۔مثبت سوچ کی طاقت دینے کا مطلب یہ ہے کہ مستقبل میں جب بھی اس کی سوچ آئے تو یہ سوچیں کہ آپ کو باآسانی اور بڑی سطح پر کرنے کے قابل ہیں۔

شروع میں آپ نے کشف اس وقت ٹرائی کرنا ہے جب آپ بالکل آرام کی حالت میں، تروتازہ اور توانائی سے بھرے ہوئے ہیں۔ہر اس قسم کی صلاحیت آپ کی زیادہ انرجی کے وقت بہتر کام کرتی ہے، جب کہ تھکے ہارے اور نیند وغیرہ آنے کی صورت میں یہ صلاحیت کم ہوجاتی ہے۔نیا کشف سیکھنے والے یا کوئی بھی ایسا علم سیکھنے والے لازمی صبر سے کام لے کر اسے سیکھیں۔بے صبری سے سیکھنے والے اس میں اکثر ناکام ہوا کرتے ہیں،اس میں بھی صبر کی وجہ سے خوش قسمتی کا اپنا بڑا کردار ہوتا ہے۔

اس میں کئی لوگوں کو صرف جواب ذہن میں آتا ہے اور کئی کو مستقبل میں ہونے والی چیزیں محسوس ہو جاتی ہیں۔کچھ لوگوں کو غیبی آوازیں سنائی دیتی ہیں اور چند ایک لوگ ایسے ہیں جنہیں ان ہونے والی یا خفیہ چیزوں کی باقاعدہ فلم سی دکھائی دیتی ہے، جیسے آپ ٹی وی پر کوئی چیز دیکھتے ہیں۔اگر کسی کو باقاعدہ فلم نظر آتی ہے تو اس میں یہ صلاحیت دوسرے سب سے زیادہ ہوتی ہے۔اکثر لوگوں کو ایک آدھ فوٹو یا کسی آدمی کی شکل وغیرہ ہی دکھائی دیتی ہے۔ایک اہم بات یاد رکھیں کہ مثبت سوچ رکھ کر ایسی چیزوں کی مشق کرتے وقت دن بدن یہ صلاحیت بڑھتی چلی جاتی ہے گو بظاہر ہمیں ایسا محسوس نہیں ہوتا۔

''دراصل ہر ایک نیا تجربہ اس میں آپ کو آگے لے کر جارہا ہوتا ہے۔آپ اس چیز کو اپنے یقین کا حصہ بنالیں''۔

دست شناسی (Palmistery)

دست شناسی ہاتھ کی شکل اور ہتھیلی کی لکیروں کی مدد سے انسان کے کردار حالات اور ماضی و مستقبل جاننے کے علم کو کہتے ہیں۔میرا ذاتی اس میں بارہ سالہ دن رات کی محنت پر مبنی تجربہ موجود ہے۔اس پر میری ایک کتاب عنقریب شائع ہو رہی ہے جس میں دست شناسی کے شائقین کے لئے بہت کچھ موجود ہے۔

پامسٹری میں بہت کچھ معلوم ہو جاتا ہے لیکن اگر کوئی حالیہ مشکلات کا حل جاننا چاہتا ہے

یعنی اگر وہ کوئی کام کرنے جا رہا ہے ان معلوم کرنا چاہتا ہے کہ ہوگا یا نہیں یا اس کو کتنے دن کے کئی دست شناس کشف یا رمل جعفر کی مدد سے جواب لے لیتے ہیں۔

حالیہ چھوٹے موٹے حالات کا نتیجہ جاننا پامسٹری کی حدود سے باہر ہے۔ کردار شناسی ذہنی حالت اور مخفی صلاحیتیں جاننے میں یہ حیرت انگیز حد تک درست ثابت ہوتی ہے۔ زندگی کے سارے اہم واقعات کا اس سے بخوبی پتہ چل جاتا ہے، پھر یہ کہ انسان زندگی میں کتنا کامیاب رہے گا۔ کامیابی شروع ہونے کے سال کا بھی دست شناسی کی مدد سے پتہ چل جاتا ہے۔ گو مستقبل قریب میں ہونے والے واقعات میں شادی یا طلاق مقدمے میں کامیابی یا ناکامی ہونے والے سفر میں کامیابی ناکامی کا بھی بخوبی پتہ چل جاتا ہے۔ یہ نشانات عموماً مریخ کے میدان میں کاٹی وغیرہ کی صورت میں موجود ہوتے ہیں اور واقعہ ہو جانے کے بعد ہاتھ سے غائب ہو جاتے ہیں۔

پامسٹ کی اچھی یادداشت ہونی لازمی ہے۔ پھر اسے چاہئے کہ ہاتھ پر لکیروں کو وقت میں تقسیم کرنا صحیح سمجھ لے، پھر وہ سیکھتا چلا جائے گا۔ یہاں کتاب میں بتائے گئے نشانات انسان کی روحانی صلاحیتوں سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ ہاتھ پر گہرے اور واضح ہونے چاہئیں، پھر ہی ان کا صحیح اثر ہوتا ہے۔ بیان کردہ خصوصاً دوہرے جزیروں کے نشان میری برسوں کی کوشش کی دریافت ہیں، یہ آج تک کسی کتاب میں بیان نہیں کئے گئے۔ یہاں میں کچھ اہم نشانات کا بتا رہا ہوں جو کہ روحانیت میں دلچسپی رکھنے والوں اور اس میدان میں اترنے والوں کے لئے مددگار ثابت ہوں گے۔

بائیں ہاتھ پر یہ نشانات پیدائشی اہلیت کا بتاتے ہیں۔ جس کا لازمی نہیں حامل نشانات کو علم ہو، جب کہ دائیں ہاتھ پر یہ نشان رکھنے والوں کو عموماً اپنی صلاحیت کا علم ہوتا ہے۔

1. زندگی کی لکیر کے آخر کے قریب ایسے دوہرے جزیرے کا نشان بہت بڑی روحانی صلاحیتوں کی نشان دہی کرتا ہے، ایسے شخص کو فوراً روحانیت میں آ جانا چاہئے۔ اس کے علاوہ یہ لوگ جس میدان میں بھی جائیں دوسروں سے بہت زیادہ کامیاب ہوتے ہیں۔
2. قسمت کی لکیر کے شروع میں یہ دوہرے جزیرے کا نشان بھی روحانی صلاحیتوں کا بتاتا ہے۔ لیکن عموماً اس کا مطلب حامل نشان کی وہ صلاحیت ہے کہ وہ جو بات منہ سے کہہ دے وہ ہو جاتی ہے۔ اوپر بیان کردہ دونوں نشانوں والوں کی دعائیں عموماً قبول ہوتی

ہیں۔ ان لوگوں میں دوسروں سے بہت زیادہ روحانی انرجی ہوتی ہے۔

3. اس دوہرے جزیرے کا مطلب بھی نمبر 2 نشان کی طرح ہی لینا ہے۔
4. الہامی لے کر کے شروع میں موجود یہ نشان بھی بڑی روحانی صلاحیتوں کا بتاتا ہے۔ یہ اکثر کم واضح ہوا کرتے ہیں۔
5. سلیمانی انگوٹھی میں موجود جزیرے کا نشان بھی روحانیت کا بتاتا ہے۔
6. دوسری اور تیسری انگلی کے نیچے دل کی لکیر سے اوپر موجود کاٹی یا تکون کا نشان عموماً بڑے روحانی لوگوں کے ہاتھوں پر دیکھا گیا ہے۔ دونوں انگلیوں کے درمیان موجود اس حصے کا تعلق لوگوں کی مدد وغیرہ سے بھی ہے کہ یہ لوگ خاصے بڑے پیمانے پر لوگوں کی مدد کر سکتے ہیں۔
7. دل کی لکیر اگر اس مقام پر مچھلی نما نشان بنائے تو یہ بھی روحانی صلاحیت کا اہم نشان ہے لیکن اس کے ساتھ یہاں پر نقشے میں موجود دوسرا کوئی نشان بھی ہونا چاہئے۔
8. عطارد کی لکیر کے شروع میں موجود دوہرے جزیرے کا نشان سچے خواب آنے کا بتاتا ہے، اس شخص میں اور بھی روحانی صلاحیتیں ہوتی ہیں۔ یہ لوگ کبھی کبھی سوتے میں چل پڑتے ہیں۔
9. زندگی کی لکیر میں نچلے سرے پر موجود ایسا مکمل جزیرے کا نشان عموماً کروڑ پتیوں کے ہاتھ پر ہوتا ہے لیکن اگر اس کے قریب ہی موجود لکیروں میں سے کوئی لکیر بھی جزیرہ بنائے تو پھر یہ بھی طاقتور روحانیت کا نشان ہے۔ اس کی بے شمار صورتیں ہیں، مگر یہاں پر موجود اکیلا بڑا سا جزیرے نما نشان بھی روحانیت کا بتاتا ہے۔ یہ شخص مال و دنیا میں بھی کامیاب رہتا ہے۔
10. قسمت کی لکیر پر مریخ کے میدان میں ایک جزیرے کا نشان ہو اور ایسی لکیر میں یا زندگی کی لکیر کے نچلے سرے پر بھی نمبر 9 قسم کا نشان ہو تو یہ حامل نشان کی اسی صلاحیت کا بتاتا ہے جیسی نشان نمبر 2 میں ہے۔ لکیر نمبر 2 نشان میں دونوں جزیرے اکٹھے ہونے کی وجہ سے زیادہ طاقتور ہیں۔ پامسٹ سیف الدین صاحب نے بھی اپنی کتاب میں ان جزیروں کا ذکر کیا ہے۔
11. یہاں پر موجود لکیر میں دوہرے جزیرے کا نشان عجیب و غریب روحانی صلاحیتوں کا

بتاتا ہے. اس میں دیکھنے والی بات یہ ہے کہ نشان جتنے واضح اور بڑے ہوں گے اتنی ہی صفات زیادہ ہوں گی، دھندلے نشان کا مطلب کم صفات یا ابھی صفات آرہی ہیں. دونوں ہاتھوں پر موجود نشان زیادہ صلاحیتوں کا بتاتے ہیں.

12. چھوٹی انگلی کے نیچے موجود ایسی تین یا چار لکیروں کو اگر ایک آڑھی شاخ کاٹ دے تو یہ علاج میں زبردست صلاحیتیں رکھنے کی نشانی ہے. یہ شخص بہت اچھا روحانی معالج بن سکتا ہے اور اچھا ڈاکٹر بھی.

13. 41 ان دونوں نشانوں کا مطلب بھی نمبر ایک نشان کی طرح ہے، دراصل دوہرے جزیرے کے نشان ان سب میں سے کسی بھی صورت میں ہو سکتا ہے.

15. ابھار قمر پر یہاں موجود ستارے کا نشان دوسرے لوگوں کے ذہن پڑھ لینے کی علامت ہے. یہ شخص دوسروں کی سوچیں معلوم کر لیتا ہے.

16. اگر تیسری اور چوتھی انگلی پر جلد میں ایسے چکر کے نشان موجود ہیں اور پہلی اور دوسری انگلی پر کوئی اور نشان ہیں تو اس شخص میں غیب دانی کی بہت زیادہ صلاحیت پائی جاتی ہے. پھر ایسے شخص کو سچے خواب بھی آتے ہیں.

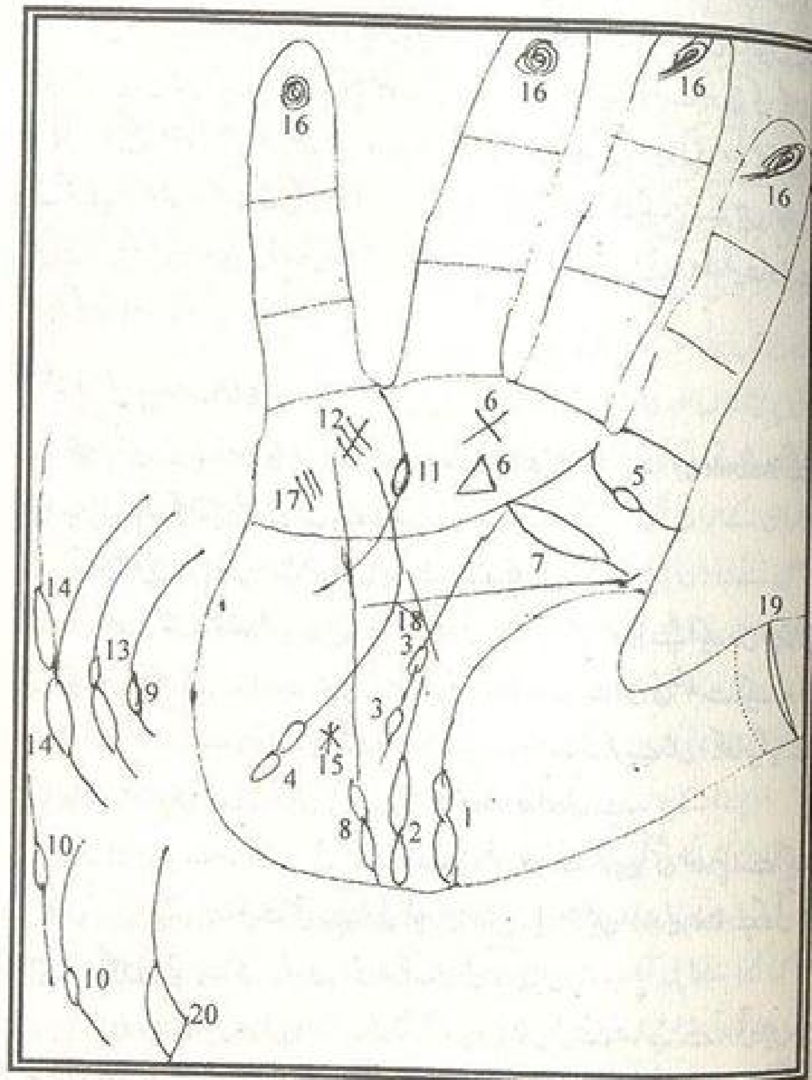
17. چھوٹی انگلی کے نیچے ایسی تین یا چار کھڑی لکیروں والے شخ میں بھی روحانی علاج کی صلاحیتیں ہوتی ہیں، مگر نشان نمبر 12 سے کم ہوتی ہے.

18. اگر عطارد کی لکیر دماغی لکیر پر ایک تکون بنا دے تو ایسے شخص پر غیبی طاقتیں مہربان ہوتی ہیں لیکن بعض اوقات یہ شخص الٹی سیدھی روحانی مشقوں سے اپنا ذہنی توازن بھی کھو سکتا ہے. اسے احتیاط سے یہ مشقیں کرنی چاہئیں. یہ نشان حامل نشان کو خطرات سے بھی بچاتا ہے.

19. انگوٹھے کے ملے جوڑ سے تھوڑا نیچے ہاتھ کی پچھلی طرف یا سامنے ایک تھوڑی گہری لکیر قوت ارادگی بڑھنے کا بتاتی ہے. یہ ساری عمر تبدیل ہوتی رہتی ہے. اس میں دیکھنے والی بات یہ ہے کہ انگوٹھے کا اوپر والا پور (قوت ارادگی) کا اس لکیر کے آنے کی صورت میں بڑا ہو جاتا ہے.

20. یہ بھی زیادہ طاقت ور سوچ کا نشان ہے.

پلین آف مارس (Plain of Mars) میں عنقریب ہونے والے (یعنی مستقبل قریب کے)



واقعوں کا بھی علم ہو جاتا ہے، مگر اس میں ابھی تحقیق ضرورت ہے. یہاں پر مربع یا کانی کا نشان بہت کچھ بتاتے ہیں. ایک ہدایت اگر آپ پامسٹری کا شوق رکھتے ہیں تو خود اپنا ہاتھ کم سے کم دیکھیں ورنہ اگر آپ کا تعلق اگر عملی زندگی یا کاروبار سے ہے تو یہ اس میں رکاوٹ کا سبب بن جاتا ہے. انسان اگر اپنے کمزور پہلو وغیرہ دیکھ کر خود کو کمزور کرتا رہتا ہے اور بھی بہت سی خرابیاں پیدا ہوتی ہیں. یہاں میں ایک بار پھر دہراتا چلوں کہ آپ اپنی ہر صلاحیت کو مثبت سوچ کی لگاتار توانائی دیکر صحیح استعمال بھی کر سکتے ہیں اور بڑھا بھی سکتے ہیں، جبکہ منفی سوچنا اپنی صلاحیتوں پر شک کرنا یا ان کو محدود سمجھنا انہیں کمزور بھی کر دیتا ہے اور نتیجے بھی غلط ملنے لگ پڑتے ہیں. خواب سمیت ہر چیز کو مثبت سوچ کی توانائی دیکر آپ تبدیل اور بہتر کر سکتے ہیں. اپنی ہر صلاحیت کو مثبت سوچ کی توانائی دیا کریں.

آسٹرلوجی Astrology

نظام شمسی کے چاند سورج اور سیاروں کی مدد سے حالات معلوم کرنے کو Astrology کہتے ہیں. یہ دنیا کے قدیم ترین علموں میں سے ہے.

قدیم مصری اور بابل والے اس میں مہارت رکھتے تھے.

آسٹرلوجی میں کچھ غلط فہمیاں ہیں جو کہ دور ہونی چاہئیں. مثلاً اگر دو بچے ایک ہی ہسپتال میں ایک ہی وقت میں پیا ہوئے ہیں تو آسٹرولوجی کے حساب سے ان کی قسمت ایک ہونی چاہئے. ان کو ایک قسم کے واقعات کا اکٹھے سامنا کرنا چاہئے، جب کہ تجربے میں دیکھا یہ گیا ہے کہ ایسا نہیں ہوتا. اسی طرح جڑواں بچوں کی قسمت بھی جدا جدا ہوتی ہے.

اس کی وجہ یہ ہے کہ انسان اپنی قسمت بنانے والا خود ہی ہے. گو پیدائشی طور پر اسے ایک مخصوص قسم کی انرجی اور اہلیت ملتی ہے، کوئی بنیادی طور پر زیادہ ذہین اور دلیر ہوتا ہے کوئی کم ذہین لیکن بچپن کی تربیت میں یہ کمیاں بڑی حد تک پوری ہوتی ہیں.

آسٹرولوجی کے اس سوال کا جواب کہ پیشن گوئیاں ستاروں کے حساب سے ہوتی ہیں یہ ہے کہ اگر ایسے ہی ہے تو کمپیوٹر انسان کی نسبت بہت وسیع یادداشت اور حساب کتاب میں بالکل صحیح ہوتا ہے، اب دنیا میں کمپیوٹر کی مدد سے زائچے بنانے اور ستاروں کی آپس میں نظر بھی دیکھی جاتی ہے لیکن کمپیوٹر پیش گوئی نہیں کر سکتا.

پیشن گوئی کرنا انسانی صلاحیت ہے. دراصل یہ کشف یا Intuition کا ہی کام ہے. کردار شناسی اور صلاحیتیں آسٹرلوجی سے اچھی طرح معلوم کی جا سکتی ہیں. یہ بات میں کم از کم چالیس پچاس پرانے آسٹرلوجرز سے ہونے والی بات چیت اور عملی تجربات کے بعد بتا رہا ہوں مگر آسٹرلوجی میں ایک بہت کام کی بات جو مجھے ملی وہ یہ ہے کہ اپنے دوستوں اور خصوصاً ازدواجی ساتھی کو چننے میں یہ بہت مددگار ثابت ہوتی ہے اور اس میں خصوصاً چند ایسے برج Sun Sign ہیں جن کے وقت میں پیدا ہونے والوں کو دوسروں ستارے والوں سے شادی نہیں کرنی چاہئے. اگر کوئی مرد یا عورت 19 /اپریل سے مئی کے درمیان یعنی برج قوس Sagitbarius میں پیدا ہوا ہو، آسٹرلوجی میں یہ سب آتشی بروج کہلاتے ہیں. ان بروج میں پیدا ہونے والوں کو پانی کے بروج میں پیدا ہونے والوں سے شادی کسی حالت میں نہیں کرنی چاہئے ورنہ اس کا نتیجہ فریقین کی پریشانیوں اور بیماریوں میں نکلتا ہے. اس کی وجہ ان کے جسم کی بالکل مختلف لہریں ہیں، یہ اکٹھے رہیں تو دونوں اکثر بیمار ہو جاتے ہیں، عموماً شروع میں ان کو سر یا کمر کا درد لاحق ہوتا ہے. پھر ان کے مزاج بھی عموماً مختلف ہوتے ہیں. (یہاں میں نے بروج شروع ہونے کی تاریخیں اصل سے دو دن پہلے کی لکھیں ہیں جو میرے عملی تجربے میں آ چکا ہے) پانی کے بروج Water Signs مندرجہ ذیل ہیں.

برج سرطان Cancer وقت پیدائش 19 جون تا 19 جولائی، برج عقرب Scorpio 19 اکتوبر تا 19 نومبر اور برج حوت Pices وقت پیدائش 19 فروری تا 19 مارچ.

اوپر بتائے جانے والے وقت کے درمیان پیدا ہونے والوں کو کسی حالت میں بھی آپس میں شادی نہیں کرنی چاہئے یعنی آتشی اور آبی کو آپس میں.

یہ بات میرے اپنے 15 سالہ پیشہ ورانہ تجربے میں ہر بار صحیح ثابت ہوئی. یہ بات دست شناس کیرو نے اپنی کتاب میں درج کی تھی، مگر پاکستان میں اور مغرب میں کسی نے اس کو نہ سمجھا. میں بے شمار آسٹرلوجرز سے ملا لیکن کسی کو اس کا علم نہیں تھا. بہترین ازدواجی ساتھی آپ کو اپنے ہی قسم کے بروج میں مل سکتا ہے یعنی آتشی بروج والوں کو آتشی بروج میں، پانی والوں کو پانی کے بروج میں، ہوا کے بروج والوں کو ہوا کے بروج میں اور زمینی بروج والوں کو زمین کے بروج میں. اس کے علاوہ آپ کو اپنے بروج سے مخالف بروج میں بھی بہت اچھا ساتھی مل جاتا ہے جیسے برج حمل والوں کو برج میزان سے اور برج سرطان کو برج جدی میں بہت اچھا ساتھی مل سکتا ہے.

ان مخالف بروج والوں کی آپس میں بہت زیادہ جسمانی کشش ہوتی ہے، مگر بات چیت میں جھگڑتے رہتے ہیں. ہوا کے بروج (Airy) مندرجہ ذیل ہیں. جوزا 19 مئی تا 18 جون، میزان 19 ستمبر تا 18 اکتوبر اور دلو (Aquarius) 19 جنوری تا 18 فروری. بروج Earthy یہ ہیں ثور Taurus 19 دسمبر تا 18 جنوری. اوپر بیان کردہ تاریخوں میں دو دن کا فرق اس لیے رکھا گیا ہے کہ عملی تجربے میں آیا ہے کہ آنے والے برج یعنی اگلے برج کا اثر دو دن پہلے شروع ہو جاتا ہے.

عملی تجربے میں یہ بھی آیا کہ آپ اپنے ہی سائن والے کے ساتھ شادی کرنا اکثر غیر دلچسپ ہوتا ہے، جیسے اگر کوئی برج دلو والا برج دلو والی عورت کے ساتھ شادی کر لے تو ان کو آپس میں زیادہ دلچسپی نہیں رہتی. ہاں اس میں صرف برج اسد والا برج اسد والی عورت کے ساتھ خاصا خوش رہتا ہے. باقی لوگ اپنی ہی قسم کے بروج یا اپنے سے مخالف سامنے واقع سائن (برج) میں شادی کر کے خوش رہتے ہیں. بروج یا اپنے سے مخالف سامنے واقع سائن (برج) میں شادی کر کے خوش رہتے ہیں. برج میزان، دلو اور حوت کو چاہئے کہ اپنی زیادہ حساسیت پر قابو پانا سیکھیں، پھر وہ بہتر زندگی گزار سکتے ہیں. اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا ستارے واقعی ہماری روزانہ زندگی اور قسمت پر اثر انداز ہوتے ہیں تو میری سمجھ کے مطابق اس کا جواب یہ ہے کہ یہ کسی نہ کسی حد تک اثر انداز ہوتے ہیں. مگر ان کا اثر عموماً کم ارادے والوں اور کمزور لوگوں پر ہوتا ہے، پھر ان لوگوں پر زیادہ ہوتا ہے جو ان اثرات کو مانتے ہوں اور کسی آسٹرلوجر پر ان کا پکا اعتقاد ہو، ایسی کتابیں پڑھتے رہے ہوں، یہ لوگ اپنی قسمت دراصل خود بناتے رہتے ہیں (مجھے خود بھی میرے اوپر اعتقاد رکھنے والوں میں اسی طرح سے عجیب وغریب تجربات ہوئے جو کہ پامسٹری یا رمل کی مدد سے پیش گوئی کے بارے میں تھے).

چاند کے گھٹنے یا بڑھنے کا سمندری لہروں پر بہت زیادہ اثر ہوتا ہے. انسانی جسم میں بھی اسی فیصد کے قریب پانی ہوتا ہے، اس پر بھی اس کا لازمی اثر ہوتا ہے. اسی طرح دوسرے ستاروں کا بھی ہم پر کچھ نہ کچھ اثر ہوتا ہے، لیکن یہ اثر ہماری جسمانی اور ذہنی توانائی پر ہوتا ہے.

زیادہ توانائی کے وقت ہم اچھے اور صحیح فیصلے کرتے ہیں اور کم توانائی کے وقت ہمارے فیصلے اکثر خراب اور غلط ثابت ہوتے ہیں. کم توانائی کے وقت ویسے بھی پریشانیاں زیادہ ہوا کرتی ہیں. اسی چیز کو آسٹرلوجر اپنے اعتقاد اور اپنے گاہگ کے اعتقاد کے ساتھ ملا کر ایک حد تک صحیح پیش گوئیاں کر سکتے ہیں مگر خود میں نے اکثر دیکھا ہے کہ بہت سے آسٹرلوجرز میں برسوں

پڑھائی وغیرہ کرنے اور تجربات کرنے کے بعد پیش گوئی کی صلاحیت آجاتی ہے، مگر وہ اسے بھی اپنے علم میں فٹ کرتے رہتے ہیں اور اسے بھی آسٹرلوجی کے علم کا حصہ ہی سمجھتے رہتے ہیں. زیادہ تر لوگوں کا اثر بہت کم ہوا کرتا ہے.

ہاں ایک دلچسپ بات کردار شناسی سے متعلق ہے کہ ایک ستارے (Sun Sign) کے وقت میں پیدا ہونے والوں میں کچھ مخصوص عادتیں پائی جاتی ہیں. یہ لاشعوری طور پر دوسروں کی سوچیں بھی بڑھتے رہتے ہیں، ان کی پہلی منگنی یا شادی اکثر ٹوٹ جایا کرتی ہے. دوستوں کی دعوتیں وغیرہ کرنے کے شوقین ہوتے ہیں. دلچسپ لوگ ہوتے ہیں، عموماً خاصے پرکشش ہوتے ہیں.

جوزا والے فوری فیصلہ نہیں کر سکتے. اکثر کی دوہری شخصیت ہوتی ہے. یہ آپ کی بات بھی سن رہے ہوتے ہیں اور ریڈیو وغیرہ بھی سن لیتے ہیں.

برج سرطان والے کسی مخصوص عادت کے حامل نہیں ہوتے، مگر ان پر اکثر ان کے مخالف برج (جدی) کا اثر ہوتا ہے.

برج اسد والے زندہ دل ہوتے ہیں اور شان وشوکت کو پسند کرتے ہیں، مگر اندرونی طور پر یہ خاصے خود غرض بھی ہو سکتے ہیں.

برج سنبلہ والے جو کام شروع کر دیں اسے آدھا نہیں چھوڑتے. خاصے محنتی اور اکثر مالی طور پر کامیاب رہتے ہیں، اکثر نیم حکیم بھی ہوتے ہیں.

برج میزان والے اکثر ہر کسی کو خوش کرنے میں لگے رہتے ہیں، اسی وجہ سے خود کو کم اہمیت دیتے ہیں، انہیں یہ عادت تبدیل کر لینی چاہئے. کم توانائی کے وقت ان کی قوت فیصلہ کمزور ہو جاتی ہے، کیونکہ ویسے بھی یہ ہر چیز کے دونوں پہلو دیکھنے کے عادی ہوتے ہیں، اسی لئے اکثر بحث کرتے رہتے ہیں.

برج عقرب والے بہت گہری شخصیت والے اور Talented ہوتے ہیں، مگر مشکل کردار کے ہوتے ہیں ہر بات اور ہر چیز کی جڑ میں جانے میں لگے رہتے ہیں. کم توانائی کے وقت یہ بچھو کی طرح جو پاس آئے اسے ڈنگتے رہتے ہیں، یا کوئی نہ ملے تو خود کو ڈنگنے لگ جاتے ہیں. اسی وجہ سے اچھی کمپنی نہیں ہوتے ہیں. یہ لوگ اپنے دل کی بات کبھی نہیں بتاتے جب دوسروں کی ہر بات کے کھوج میں لگے رہتے ہیں. ان میں سے ''دس فیصد'' لوگ انتہائی اچھے اخلاق کے بھی ہوتے ہیں. برج قوس والے اکثر ایمانداری کو (Honesty) پسند کرنے والے ہوتے ہیں مگر

ان کے کردار پر اکثر مخالف ستارے یعنی برج جوزا کا غلبہ رہتا ہے جس کی وجہ سے ان کی قوت فیصلہ صحیح نہیں رہتی. برج جدی والے اچھے دل کے ہوتے ہیں مگر اپنے جذبات چھپانے میں لگے رہتے ہیں، اس لئے لوگ انہیں خشک مزاج تصور کرتے ہیں.

برج دلو والے بڑے اچھے دل کے اور ذہین ہوتے ہیں، مگر یہ اکثر دوسروں کے بھلے میں لگ کر خود کو بھول جاتے ہیں. انہیں چاہئے کہ کبھی کبھی خود کو پہلی جگہ پر رکھیں. یہ اکثر حال کے بجائے مستقبل کا سوچتے رہتے ہیں. اگر یہ اپنی کھال کو موٹا کرلیں (یعنی چھوٹی موٹی چیزوں کی پروانہ کریں) تو بہت کامیاب زندگی گزار سکتے ہیں. برج حوت والے ہر چیز جلدی سیکھنے والے ہوتے ہیں مگر ان میں خود اعتمادی کی کمی ہمیشہ رہتی ہے اس کی وجہ انکی زیادہ حساسیت ہوتی ہے، انہیں چاہئے کہ اس پر قابو حاصل کریں.

ستاروں کے بارے میں علامہ صاحب بھی فرماتے ہیں.

ستارہ کیا میری تقدیر کی خبر دے گا
وہ خود فراخیٔ افلاک میں ہے خوار و زبوں
سبق ملا ہے یہ معراج مصطفیٰ سے مجھے
کہ عالم بشریت کی زد میں ہے گردوں

ان کی یہ بات بالکل صحیح اور ماننے والی ہے.

تاش کے پتوں سے قسمت کا حال

یورپ اور مغرب کے ملکوں میں حالات معلوم کرنے کا سب سے مشہور طریقہ تاش کے پتوں کا ہے. میرے تجربات اور بہت سے ماہروں سے بات چیت کے بعد واضح ہوا کہ حالات معلوم کرنے کا سب سے آسان سیکھنے والا طریقہ یہی ہے کہ جو کہ ہر آدمی سیکھ سکتا ہے اور اس میں آپ ہر قسم کے سوال و جواب بھی کر سکتے ہیں. جیسے پامسٹری میں آپ اپنے بچوں کے حالات معلوم نہیں کر سکتے، یا پھر اپنے ملک کے حالات معلوم کرنے بھی ممکن نہیں مگر تاش کے پتوں کے ساتھ سب کچھ ممکن ہے. اس میں دو قسم کی تاش استعمال ہوتی ہے. ایک تو عام کھیلنے والی تاش ہے جو پاکستان میں بھی عام اور دوکان سے مل جاتی ہے.

دوسری ایک خاص قسم کی عموماً تھوڑے بڑے سائز کی تاش ہے، جسے ٹیرٹ کارڈ Tarot Cards کہتے ہیں. مغرب میں عموماً ٹیرٹ کارڈ ہی استعمال کئے جاتے ہیں، لیکن عام تاش سے

بھی ویسے نتائج حاصل ہو جاتے ہیں. اس میں ہر ایک پتے کا ایک مخصوص مطلب ہوتا ہے حکم کے پتے بڑے گنے جاتے ہیں، جب کہ اینٹ کے پتوں کا تعلق پیسوں سے ہوتا ہے، پان کے پتوں کا دل اور چڑیا کے پتوں کا ذہنی معاملات سے تعلق مانا جاتا ہے.

اب مثال کے طور پر آپ نے پتے نکالے، جس کا طریقہ آپ کو کسی بھی تاش کے پتوں سے قسمت کا حال کی کتاب میں مل جائے گا. تو اس میں آپ کو اینٹ کا دہلہ نکل آتا ہے تو کوئی بڑی مصیبت یا کاروباری پریشانی آنے والی ہے. اسی طرح پان کی اٹھی (8) کا تعلق سفر سے ہے کہ آپ کا سفر ہونے والا ہے اور حکم کا اٹھی کا مطلب کسی کی موت ہونے والی ہے یا بڑی پریشانی. سب پتوں کے مطلب اور طریقہ لکھنا میری کتاب کے مقصد سے باہر ہے. میرا مقصد صرف آپ کو اس علم کی حدود اور اسکی صلاحیت کے بارے میں بتانا ہے. میں خود 1994ء سے ٹیرٹ کارڈ اور تاش کے عام پتوں سے قسمت دیکھنے میں خاصہ ماہر ہو گیا ہوں.

اس میں ایک اہم بات یہ ہے کہ اگر آپ کا اس چیز پر یقین بیٹھ گیا کہ تاش کے پتے صحیح قسمت بتاتے ہیں تو پھر یہ بہت حد تک اور مہارت کے بعد حیرت انگیز حد تک صحیح حالات بتا دیتے ہیں. بغیر مہارت کے بھی اگر آپ تھوڑے مضبوط یقین کے مالک ہیں تو پتوں میں انسان تقریباً چھ ماہ میں کافی مہارت حاصل کر لیتا ہے، جب کہ پامسٹری میں یہ مدت تقریباً 5 سال ہے اور آسٹرلوجی میں کوئی دس سال لگتے ہیں. پھر بھی اگر صلاحیت نہ ہو تو پامسٹری یا آسٹرلوجی میں اتنا وقت لگنے کے بعد بھی سر پاؤں سمجھ نہیں آتا مگر انسان چونکہ اس میں اتنا وقت لگا چکا ہوتا ہے، اس لیے وہ اس میں ٹکریں مارنا جاری رکھتا ہے، جب کہ تاش کے پتوں میں ہر آدمی کچھ نہ کچھ مہارت حاصل کر سکتا ہے.

صرف آپ کو یہ یقین ہونا چاہئے کہ پتے صحیح بتاتے ہیں. کچھ تجربوں کے بعد یہ یقین مضبوط ہوتا جاتا ہے اور انسان کی اس میں صلاحیت بڑھتی جاتی ہے. اس میں دلچسپ بات یہ ہے کہ اگر آپ کا یہ خیال ہے کہ تاش کی مدد سے مستقبل کی پیش گوئی نہیں ہوسکتی اور صرف حالیہ حالات دیکھے جا سکتے ہیں یا یہ اس وقت انسان کے اپنے یا عزیز و اقارب کے کیا خیالات اور حالات ہیں. تو پھر آپ صرف یہی حالات معلوم کر سکیں گے، مستقبل کی باتیں آپ کو معلوم نہ ہوں گی اور اگر آپ کا خیال یہ ہے کہ مستقبل کی باتیں بھی تاش کی مدد سے معلوم کی جاتی ہیں تو پھر آپ کو مستقبل کی باتیں بھی معلوم ہو جائیں گی.

اس میں چند ایک احتیاطیں ہیں۔

1. ایک سوال ایک بار ہی پوچھیں، اگر آپ نے دوسری بار بھی وہی سوال پوچھا تو آپ کا ذہن تذبذب Confusion کا شکار ہو جائے گا۔
2. خود اپنے حالات مہینے میں ایک بار ہی معلوم کریں۔ صرف اگر کسی وقتی سوال کا جواب ہاں یا ناں میں لینا ہو تو پھر آپ یہ کسی وقت بھی کر سکتے ہیں، اس میں آپ نے صرف یہ کرنا ہے کہ تاش کو الٹا رکھ کر اس میں سے تین کارڈ نکال لیں بائیں ہاتھ سے۔ اگر آپ کے دو کارڈ اچھے آئے ہیں تو آپ کا کام ہو جائے گا اور اگر دو کارڈ خراب ہیں تو آپ کا کام نہیں ہوگا۔ اینٹ اور پان کے پتے اچھے گنے جاتے ہیں اور چڑیا کے کمزور اور حکم کے پتے خراب ہوتے ہیں۔

میرے ذاتی تجربے میں یہی آیا ہے کہ تاش کی مدد سے حالات معلوم کرنا پیش گوئی کے سب طریقوں میں سے آسان، خاصا وسیع اور جلد سیکھنے والا طریقہ ہے۔ پامسٹ یا آسٹرولوجر کو بھی اس کی مدد ضرور لینی چاہیے۔ جو لوگ ان چیزوں کو تھوڑا بہت سمجھتے ہیں ان کو واضح کرنا چاہتا ہوں کہ تاش کے پتے قسمت کا حال کیسے بتا سکتے ہے۔ دراصل اس میں بنیادی طور پر وہی اصول استعمال ہوتا ہے جس کی مدد سے آپ کوئی فال نکالتے ہیں۔ آپ کا فال پر بھی یقین جتنا مضبوط ہوگا اتنے ہی صحیح نتائج حاصل ہوں گے، یہی حساب تاش کے پتوں کا بھی ہے۔

بالکل فال والا اصول ہی تاش کے پتوں میں بھی کام کرتا ہے کہ فال میں آپ اپنے سوال کا جواب کیسے صحیح ڈھونڈ لیتے ہیں۔ میں پاکستان میں بے شمار لوگوں کو پامسٹری اور آسٹرلوجی برسوں سے سیکھتے دیکھ رہا ہوں لیکن ان کی ترقی نہیں ہو سکی، اگر وہی لوگ تاش کے پتوں کی مدد لیں تو بہت جلد ہی اس میں ماہر ہو سکتے ہیں یعنی اس علم کے ساتھ ہی تاش کے پتوں کو بھی ملا لیا کریں، خصوصاً چھوٹے موٹے وقتی مسائل میں یہ بہت ہی کارآمد ثابت ہوتے ہیں، آپ میں سے جو لوگ حالات معلوم کرنے کے طریقے (Prediction) میں دلچسپی رکھتے ہیں میں انہیں یہی علم سیکھنے کا مشورہ ہی دوں گا۔

پیشہ ور دست شناس یا آسٹرلوجر کے پاس بھی لوگ عموماً اپنے حالیہ حالات اور مشکلات کا نتیجہ معلوم کرنے آتے ہیں، چھوٹے موٹے مسائل جو کہ ان کو روزمرہ زندگی میں آتے ہیں۔ ان مسائل کے پامسٹری یا آسٹرلوجی کی مدد سے صحیح جواب نہیں دیے جا سکتے ہیں، جب کہ تاش کی

مدد سے یہ کام بڑا آسان ہے۔ آپ ان کی مدد سے وہاں سے غیر حاضر لوگوں کے بارے میں بھی معلوم کر سکتے ہیں، پھر ہر ایک چیز کا ہاں نہ میں جواب سے لیکر ملکی حالات تک کی پیش گوئی کی جا سکتی ہے۔ اس کی وسعت انسان کی اپنی صلاحیت پر ہوتی ہے۔ جتنی زیادہ صلاحیت اور یقین اتنی زیادہ پیش گوئیاں ہو سکتی ہیں اور جتنا زیادہ اپنی صلاحیت پر یقین ہوا اتنے ہی صحیح اور بہتر نتیجے ملیں گے۔ اس میں مہارت کے لیے بازار سے تاش کے پتوں کے مطلب کوئی بھی تھوڑی بہتر سی کتاب لے کر اس کے مطابق پتے پڑھیں۔ پھر آہستہ آہستہ تجربے کے ساتھ خود ہی مہارت ہو جائے گی۔ شروع میں ہاں نہ کی حد تک اور سادہ سے سوال پوچھا کریں۔ اگر کوئی دوسرا پتے دیکھنا والا ملے تو اس سے مختلف پتوں کے مطلب اور سسٹم بھی پوچھا لیں۔ اس طرح کسی سے پوچھی یا سیکھی ہوئی بات کتاب سے خاصی زیادہ کارآمد ہوتی ہے، خصوصاً کسی تجربہ کار اور کامیاب آدمی سے پوچھی گئی ترکیب زیادہ بہتر رہتی ہے۔ ہر چیز سیکھنے میں یہی اصول کام کرتا ہے۔

رمل اور جعفر

رمل بڑا قدیم علم ہے، عام لوگ اس کے واقف نہیں۔ میں خود 1986ء سے اسے اپنی مدد کے لئے استعمال کرتا رہا ہوں۔ اس میں آپ کافی حد تک صحیح نتائج نکال لیتے ہیں۔ اس میں آپ کو ایک اچھی کتاب پاکستان میں عام مل جائے گی جسے سرخاب رمل کہتے ہیں۔ بہر حال میرے خیال میں تاش کے پتوں سے حال معلوم کرنا زیادہ آسان اور جلد مہارت حاصل کرنے کا طریقہ ہے۔ رمل اور تاش کے پتوں سے قسمت معلوم کرنے کا اصول ایک ہی ہے کہ آپ کا اپنے علم پر کتنا یقین ہے۔

علم جعفر

علم جعفر پاکستان میں شعیہ حضرات میں خاصا مقبول ہے۔ مجھے اس کے کچھ ماہروں سے ملنے کا اتفاق ہوا اور مجھے خود بھی اس میں کچھ مہارت ہوگئی۔ علم جعفر کی مدد سے عموماً کسی ایک سوال کا ہاں یا نہ میں جواب لیا جاتا ہے اور یہ کام کرنا صحیح ہے یا نہیں۔ اس میں کسی سوال کی پوری کہانی معلوم کرنی بہت مشکل ہے۔

بنیادی طور پر اس کا اصول وہی ہے جو رمل یا تاش کا ہے لیکن چونکہ شعیہ حضرات اس کو اپنے عقیدے کا حصہ سمجھتے ہیں، اس لئے اعتقاد بیچ میں آجانے کی وجہ سے نتیجے کچھ بہتر ہوتے ہیں۔ علم

جعفر میں اس کے ماہر کچھ لمبی چوڑی جدولیں اور سسٹم استعمال کرتے ہیں جو کہ خاصی پیچیدہ ہوتی ہیں اور عموماً ہر ایک نے اپنا اپنا علیحدہ اور لمبا چوڑا پیچیدہ طریقہ بنا رکھا ہوتا ہے لیکن آسان سے جدول سے بھی وہی نتیجے نکل سکتے ہیں، صرف آپ کا اعتقاد اس چھوٹی اور آسان پر جدول بیٹھ جائے لیکن مسئلہ وہی ہے جو میں نے پہلے بیان کیا ہے کہ لوگوں کو کان پورا ہاتھ گھما کر پکڑنے کی عادت ہوتی ہے، وہ اسے سیدھا نہیں پکڑتے. مجھے ایک جفار نے ایک آسان سا طریقہ بتایا تھا جو کہ میں بڑی کامیابی سے استعمال کرتا رہا. یہ بات یاد رکھیں کہ کسی کی بتائی ہوئی چیز کا اثر کتاب سے پڑھی ہوئی چیز سے بہت زیادہ اور بہتر ہوتا ہے، خصوصاً اگر بتانے والا خود ماہر ہو.

اس نے مجھے جو بتایا تھا اس کے مطابق چار عناصر ہوتے ہیں، آتش، باد، آب، خاک. پھر سات بڑے سیارے اور سات آسمان ہوتے ہیں. بارہ عدد بروج ہوتے ہیں اور مہینے کے تیس دن ہوتے ہیں. اب کسی بھی سوال کو لکھ کر اسے جو آپ کے ذہن میں ان میں سے نمبر آتا ہے اس پر تقسیم کر لیں اور وہ لفظ نکال کر اپنا جواب اردو، عربی یا فارسی میں، جس میں بھی پہلے سمجھ آئے وہ لے لیں. اب مثلاً ایک سوال ہے، اس کو میں نے مثال کے طور پر درج کیا ہے کہ ایک آدمی رشید ملازمت کی تلاش میں ہے، وہ جاننا چاہتا ہے کہ اسے جلد ہی مل سکے گی یا نہیں.

اس کا پورا نام لکھ کر جس طرح سوال میرے ذہن میں آیا، لکھ دیا. اب سوال اس طرح میں نے لکھا ''کیا رشید احمد خان کو جلد ہی ملازمت مل جائے گی:'' اس جملے کے الفاظ علیحدہ علیحدہ لکھے گئے، جو لفظ دوسری بار آتا ہے اسے باہر نکال دیں. اب اسے حروف تہجی میں لکھیں، جس میں اب آیا ہے.

''ک ی ا ر ش ی د ا ح م د خ ا ن ک و ج ل د ھ ی م ل ا ز م ت م ل ج ا ء ے گ ی''

اس میں سے دوہرے لفظ نکالے گئے تو بنا، ک ی ا ر ش د ح م خ ن و ج ل ھ ل ز ت گ.

اس وقت میرے ذہن نے کہا کہ اسے سات پر تقسیم کریں کیونکہ ان لفظوں کو اس بتائے ہوئے طریقے میں چار سات بارہ یا تیس پر تقسیم کیا جا سکتا ہے، میں نے سات پر تقسیم کیا.

اب پہلا ساتوں حرف ح ہے، اسے علیحدہ کیا. چودھواں لفظ ہے ھ، اسے بھی علیحدہ کریں. اس کے بعد پھر ساتواں حرف بنتا ہے الف، پھر ساتواں حرف ہے. اب انہیں ایک لائن میں لکھیں، تو بنا ح ھ ا ن. اس میں آپ تو واضح طور پر ہاں لکھا ہوا مل رہا ہے، اس کا مطلب اثبات میں ہے، رشید کو جلد ہی ملازمت مل جائیگی.

جعفر کے ماہروں کو شاید اس طریقے سے اتفاق نہ ہو، لیکن جعفر کا اصول دراصل یہی ہے. آپ اس طریقے سے ہر سوال کا خاصے بہتر طرح سے جواب دے سکتے ہیں. اس میں اکثر حروف آگے پیچھے ہوں گے، جیسے بجائے یہاں کی طرح (ح ھ ا ن)، ترتیب ایسے بھی ہو سکتی ہے (ن ھ ا ح). آپ نے الفاظ خود سمجھ کر جوڑنے ہیں، کبھی ایک دو حروف اپنے پاس سے بھی ملانے پڑتے ہیں. وہ اس صورت میں ہوتا ہے کہ اگر نکالے گئے حروف سے کوئی مطلب والا لفظ نہ بنتا ہو.

عام طور پر اردو میں ہی جواب آتا ہے لیکن کبھی کبھی ہم جو متبادل لفظ فارسی یا عربی کے اسی معنی کے لئے استعمال کرتے ہیں، ان میں بھی جواب آ جایا کرتا ہے. آپ اردو کے ساتھ دوسری کسی بھی زبان کے مطالب لے لیا کریں، پھر جواب وسیع اور آسان ہو جاتے ہیں. اس میں آپ کا صحیح جواب پر اعتقاد جتنا پکا ہوگا جواب اتنا ہی صحیح ہوگا.

چائے یا کافی کی پیالی سے قسمت کا حال

مشرقی یورپ کے ملکوں میں اس طریقے سے قسمت کا حال دیکھا جاتا ہے. اس میں پیالے میں تھوڑی سی پتی یا کافی ڈال کر اسے تھوڑے سے پانی میں ہلایا جاتا ہے، پھر اس میں سے پانی کو احتیاط سے باہر انڈیل دیا جاتا ہے، یا یہ کہ چائے یا کافی نے جو نشان چھوڑے ہوتے ہیں ان کو دیکھا جاتا ہے.

اس میں مختلف نشان کے خواب کی تعبیر کی طرح مختلف مطلب ہوتے ہیں. جیسے اگر کہیں ایک لکیر سی بن گئی تو اس کا مطلب ہے کہ کسی کا خط آتا ہے، کہیں گائے نما شکل بن گئی تو اس کا مطلب مالداری ہے. شروع میں لوگ ایسے ہی دیکھتے ہیں، بعد میں کچھ ماہر ہونے والے واقعات کی باقاعدہ جھلک یا مکمل فلم بھی اس پیالی میں دیکھ لیتے ہیں.

مجھے اس کے دو ماہر ملے تھے، جن میں سے ایک نے خاصے صحیح طریقے سے میرے حالات بتائے تھے لیکن وہ بتانے والی عورت پیالے میں نشان دیکھنے کے بجائے واقعات کی جھلک دیکھتی تھی، یہ ویسے ہی ہے جیسے آپ کشف یا پانی کے برتن یا کرسٹل بال میں واقعات دیکھ لیتے ہیں. بہر حال یہ طریقہ بھی کچھ مہارت کے بعد استعمال کیا جا سکتا ہے، اس میں مطلب دیکھنے کے لئے آپ کسی بھی خواب نامے کے معنی لے لیں.

غیب دانی شیشے یا پانی میں

مختلف ملکوں میں غیب دانی کے لئے پانی کا بھرا ہوا برتن استعمال کیا جاتا ہے. وہ اسے سامنے رکھ کر، توجہ مرکوز کر کے اس میں دیکھتے ہیں اور ان کو اس میں کافی ساری چیزیں نظر آجاتی ہیں، کچھ ہونے والے واقعات بھی معلوم ہو جاتے ہیں.

بہر حال اس چیز کا تعلق بھی کشف وغیرہ کی طرح انسان کی اپنی صلاحیت پر ہے کچھ لوگ قدرتی طور پر بھی پانی کی طرف زیادہ مائل ہوتے ہیں اس لئے ان کو پانی میں دیکھنا زیادہ راس آتا ہے. اسی صلاحیت کو آپ شیشے میں دیکھ کر یا اپنے ناخن میں دیکھ کر بھی استعمال کر لیتے ہیں.

تجربات میں کامیابی کے بعد جوں جوں یقین مضبوط ہوتا جاتا ہے صلاحیت بھی بڑھتی جاتی ہے. کسی بھی ایسے کام میں بہت زیادہ مہارت کے لئے روحانیت کا اس کے پیچھے ہونا لازمی ہے ورنہ آدمی ایک خاص حد سے آگے نہیں بڑھ سکتا.

پھر ہر ایسے طالب علم کو ذہن کو ٹرانس (مراقبے) میں لے جانے کی مشق کرنی چاہئے، پھر ہی وہ اس میں پوری طرح کامیابی حاصل کر سکتا ہے ٹرانس کا مطلب یکسوئی ہے اور انسان کو چاہئے کہ کچھ بھی ایسا کام کرتے وقت گردوپیش کو بھول کر پوری طرح اپنے کام میں کھو جائے، پھر ہی اصل کامیابی ملتی ہے.

اسی کے لئے کوئی سورت پڑھ لیا کریں اور اہم بات یہ ہے کہ ایسی چیز یا علم پر اعتقاد رکھنے والے ہی اسے سیکھ سکتے ہیں، جنہیں ان پر اعتقاد نہ ہو وہ نہیں سیکھ پاتے. اور جو خود کو اس کے قابل مانیں وہی سیکھ سکتے ہیں.

ہپناٹیزم (Hypnotism)

ہپناٹیزم کو سائنس مانا جاتا ہے. اس حالت میں انسان کا شعور سو جاتا ہے اور اس کا لاشعور جاگ اٹھتا ہے جو کہ شعور کی نسبت بہت زیادہ طاقتور ہوتا ہے. مغرب میں ہپناٹیزم کو عموماً مریض کے آپریشن میں استعمال کیا جاتا ہے یا پھر نفسیاتی معالج Psychologist اس سے انسان کے ماضی میں ہونے والی باتوں کو معلوم کرتے ہیں کیونکہ ان ماضی کے واقعات کا مریض کی نفسیات پر غلط اثر پڑا ہوتا ہے، اس لئے ان کو معلوم کر کے پھر ان کو ہپناٹیزم کی حالت میں ہی ذہن سے نکال دیا جاتا ہے. جس کے بعد مریض صحت یاب ہو جاتا ہے.

گو کچھ سٹیج پر مظاہرہ کرنے والے کسی معمول کو ہپناٹائیز کر کے اس سے عجیب و غریب حرکت کرواتے ہیں، مگر ان چیزوں کی تفصیل آپ کو پاکستان میں بہت سی کتابوں میں مل جائے گی. میں اس میں یہاں ایک ہی واقعے کا ذکر کروں گا. اپنی دست شناسی کے شروع کے دنوں میں مجھے میری ایک گاہک نے مجھے اپنی والدہ کے گھر کھانے پر بلایا. وہاں اس کے اور رشتے دار بھی تھے. وہاں اس کی والدہ نے اپنی بیٹی کی ایک سہیلی کو (جو اچھی معمول تھی اور وہ عورت اس کو پہلے بھی ہپناٹائیز کر چکی تھی) ہپناٹائیز کیا.

جس کا طریقہ بڑا سیدھا سادھا تھا کہ پہلے اس کو کرسی پر بٹھا کر اس کی آنکھیں بند کروائیں، پھر کہا کہ تین بار گہرے سانس لے کر کچھ دیر اندر روکے رکھو پھر منہ کے راستے سانس باہر نکالو. اس کے بعد اس کے جسم کو سکون میں لائی. جس کے لیے اس نے پہلے کہا کہ تم اپنے پاؤں سخت کرو، پھر ان کو ڈھیلا کرو. اب گھٹنے سے نیچے اپنی ٹانگیں سخت کرو، پھر ان کو ڈھیلا کروایا. اسی طرح پورے جسم کو سر تک سکون میں Relax کر کے اس کے بعد کہا کہ اب تمہارے پاؤں سوتے جا رہے ہیں. پھر کچھ دیر کے بعد کہا کہ تمہاری ٹانگیں سوتی جا رہی ہیں، اب یہ سن ہو گئیں تم ان کو نہیں ہلا سکتی ہو. اسی طرح اس کو سر کی چوٹی تک، ہر چیز کو سن کروا دیا. یہ چیز اس نے آہستگی کے ساتھ کروائی. پھر کہا کہ اب میں دس سے صفر تک گنتی گن رہی ہوں، جب میں صفر پہ پہنچوں گی تو تم پوری طرح ٹرانس میں (ہپناٹائز) ہو جاؤ گی.

صفر تک گنتی کے بعد اس نے کہا کہ اب ہر سانس کے ساتھ تمہارا دائیں ہاتھ اوپر اٹھنا شروع ہو جائے گا اور کندھے کے لیول کے برابر تک اٹھ جائے گا. معمول (اس لڑکی) کا ہاتھ اسی طرح آہستہ آہستہ اوپر اٹھنا شروع ہوا اور کندھے کے لیول تک آ گیا. اب اس نے کہا کہ تم اپنے ہاتھ کو نیچے نہیں لے جا سکتی ہو، اگر کوشش کرو. تب بھی اس لڑکی نے کوشش کی مگر ہاتھ نیچے نہ گیا. پھر عورت نے کہا اب ہاتھ نیچے چلا جائے گا تو ہاتھ نیچے چلا گیا. پھر اس عورت نے کہا کہ تم ایک سے دس تک گنتی کرو، تم بیچ میں نمبر سات کو بھول جاؤ گی. وہ لڑکی اسی طرح باقی سب گن گئی لیکن سات نہ گنا اب معمول گہری ٹرانس Trance میں پہنچ چکی تھی. پھر اس عورت نے کہا کہ تم کہیں دوسرے ملک میں جانا چاہتی ہو تو تمہیں وہاں لے چلوں.

پھر پوچھا ''کیا تم انڈونیشیا جانا چاہتی ہو''؟

(وہ لڑکی بچپن میں وہاں رہتی تھی) اس لڑکی نے اثبات میں سر ہلایا.

تو وہ عورت بولی ''میں تمہارا ہاتھ پکڑ رہی ہوں اب ہم یہاں سے سیدھے اوپر جائیں گے۔'' پھر بولی ''اب ہم اوپر جا رہے ہیں'' کچھ دیر کے بعد بولی ''اب ہم بادلوں میں پہنچ چکے ہیں اور انڈونیشیا نظر آئے تو مجھے بتانا۔''

کچھ دیر کے بعد لڑکی بولی ''مجھے انڈونیشیا نظر آ رہا ہے''

تو عورت نے کہا ''اب ہم وہاں ساحل پر اتر رہے ہیں. اب میں علیحدہ ہوتی ہوں''

قصہ مختصر کہ وہ لڑکی وہاں پھری. اس عورت کی مدد سے دوسرے ساحل سمندر پر گئی پھر اس کو ہاتھ پکڑ کر اسی طرح واپس لائی. پھر اس سے پوچھا کہ کیا تم اپنے ماضی میں جانا چاہتی ہو لڑکی کے ہاں کہنے پر بولی.

''اب تم سولہ سال کی ہو (وہ لڑکی اس وقت کوئی انیس سال کی ہوگی) تم کہاں پر ہو؟ تو وہ کہنے لگی کہ میں سکول کے آخری سال میں ہوں.

پھر وہ عورت اسے کہتی ہے کہ اب تم چودہ سال کی ہو، کہاں پر ہو بتاؤ.

اسی طرح وہ اسے چار سال کی عمر تک واپس لے گئی. وہاں جا کر وہ لڑکی رونے لگ پڑی.

اس عورت نے پوچھا کہ کیا تم مزید بچپن میں جانا چاہتی ہو.

اس لڑکی نے کہا نہیں.

تو وہ عورت اس کو واپس لے آئی. پھر اس کو آہستہ آہستہ ایک تا دس تک گنتی کر کے آنکھیں کھلوائیں.

میرے لیے یہ سب کچھ بڑا دلچسپ تھا. گو اس سے پہلے پاکستان میں مری میں قیام کے دوران بچپن میں ایک بار پہلے بھی ہپناٹائیزم کا عملی مظاہرہ دیکھا تھا جس میں ایک کرتب دکھانے والا سکول میں آ کر ہپناٹائیزم کے ایک کرتب دکھا گیا تھا. یا پھر ٹیلی ویژن پر یا فلموں میں کئی بار دیکھ چکا تھا. لیکن اس عورت نے جو دکھایا تھا وہ میرے لیے زیادہ دلچسپی کا باعث تھا.

میں نے کہا کہ تم مجھے ہپناٹائز کرو.

اس عورت نے اسی طرح میرا جسم پہلے Relax کروایا. پھر کہنے لگی کہ اب تمہارا ہاتھ اوپر اٹھے گا، ہاتھ بھی اسی طرح اٹھ گیا مگر جب اس نے کہا کہ تمہارا ہاتھ کوشش کے باوجود نیچے نہیں جائے گا تو میرا ہاتھ نیچے چلا گیا یعنی میں ٹرانس میں نہیں جا سکا تھا حالانکہ میری کوشش تھی کہ میں ہپناٹائیز ہو جاؤں، لیکن نہ ہو سکا. پھر اس عورت نے میرا ٹرانس ختم کر دیا.

پھر تھوڑی دیر بات چیت کرتے رہے. میں نے ان کے ہاتھ دیکھے، کھانا کھایا، پھر میں گھر واپس آ گیا. دوسرے دن میں نے ایک علوم مخفیہ کی دوکان سے ہپناٹائیزم کی دو تین کتابیں خریدیں. انہیں پڑھا تو ان میں ماضی یا فاصلے پر لے جانے کا کوئی ذکر نہیں تھا. خیر میں الٹی سیدھی پریکٹس میں لگا رہا. پھر کچھ عرصے کے بعد اس میں اس حد تک کامیابی ہوئی کہ ایک بار میں اپنے جسم سے نکل گیا اور اوپر چھت کے پاس ہوا میں کھڑا نیچے کرسی پر اپنا جسم دیکھ رہا تھا.

پھر تیسرے چوتھے دن ایمسٹرڈیم شہر کے سنٹرل سٹیشن کے اوپر ہوا تک پہنچ گیا. پھر اس کے بعد میں مشق جاری نہ رکھ سکا کیونکہ میں جس گھر میں اس وقت رہتا تھا وہاں یا تو میرے گاہک آئے رہتے تھے یا پھر دوست اور ہر شام میں باقاعدگی سے بار اور کیفوں میں جایا کرتا تھا.

گھر کے باہر ہر وقت شور سا رہتا تھا. گھر کیا تھا اچھا خاصہ بھوت بنگلہ تھا اور رات کو وقت نہیں ہوتا تھا. 1986ء اور 1987ء کی بات ہے، پھر میں نے 1990ء کے قریب اس میں کچھ مہارت حاصل کی. پھر اپنے ایک دوست کو جسم سے نکال کر اس کے گھر لاہور میں لے گیا. پھر واپس لے آیا. اگلے ہفتے پھر اسی طرح کیا اور اس کو لاہور رشتے داروں کے گھروں میں پھرایا. وہ اس کو نہیں دیکھ رہے تھے مگر میرا دوست سب کچھ دیکھ رہا تھا.

طریقہ میں نے وہی استعمال کیا جو وہ عورت کرتی تھی. بہر حال مغرب میں جو ہپناٹائیزم کا طریقہ استعمال ہوتا ہے اس میں جسم سے نکال کر لے جانا وغیرہ نہیں کیا جاتا. گو ایشیا کے ملکوں میں ایسا ہوتا ہے. دراصل ایشیا میں لوگ ہپناٹائیزم میں ٹیلی پیتھی کو ملا دیتے ہیں. ایمسٹرڈیم میں ایک دفعہ سٹیج شو میں ایک ہپناٹسٹ نے ایک لڑکی کو ہپناٹائیز کر کے سامنے میز پر تقریباً ایک میٹر کے فاصلے پر ایک گلاس رکھا اور اسی لڑکی سے کہا کہ تم دماغ کی طاقت سے اس گلاس کو توڑ دو گی. اسے توڑ دو چاہے بجلی گرا کے یا اپنی انرجی سے لیکن گلاس ٹوٹ جائے گا کوئی تین منٹ کے بعد گلاس چھنا کے سے ٹوٹ گیا.

ہالینڈ میں ایک دفعہ یہاں کے مشہور ہپناٹسٹ رستورڈ ولی نے آنکھوں پر پٹی باندھ کر شہر میں کار چلا کر دکھائی. اسی طرح کئی اور دلچسپ کرتب دکھائے. بہر حال میرے تجربے میں جو بات آئی ہے کہ کچھ معمول ایسے ہوتے ہیں جو کہ اس حالت میں آپ کے خفیہ حالات اور مستقبل کی باتیں بھی بتا دیتے ہیں اور یہ بعض اوقات ہپناٹیزم کرنے والے کی اپنی صلاحیت پر بھی ہوتا ہے کہ معمول ایسی چیزیں دیکھ لیتا ہے.

پاکستان میں ایک طریقہ عام استعمال ہوتا ہے جس میں کسی چوری وغیرہ کا معمول کرنے کے لیے ایک چھوٹے بچے کو بٹھا کر اسے اپنے انگوٹھے میں چور کی شکل دکھاتے ہیں اور وہ بچہ باقاعدہ اسے دیکھتا ہے۔ یہ بھی دراصل ہپناٹیزم ہی ہے لیکن دیکھنے والے اور بعض دفعہ عامل بھی (ہپناٹیزم کرنے والا) اسے جنوں کی کارروائی سمجھتے ہیں۔ بہرحال یہاں آم کھانا ہی صحیح ہے پیڑ گننے کے بجائے۔

ہپناٹائیزم کی ایک قسم کو Mass hypnotism (نظر بندی Illusion) کہا جاتا ہے۔ اس میں عامل بجائے ایک معمول کو ہپناٹائیز کرتا ہے اور وہ سب لوگ اکٹھے ایک چیز دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ یہ اسی طرح ہوتا ہے جیسے پاکستان بننے سے پہلے یا اس کے کچھ عرصے بعد تک گاؤں میں کرتب دکھانے والے آ کر سارے گاؤں کو تماشے دکھاتے تھے۔ جس میں ایسے کرتب بھی شامل ہوتے تھے کہ ایک رسی ہوا میں کھڑی ہو جاتی ہے اور ایک لڑکا اس پر چڑھتا جاتا ہے اور وہ اس پر اوپر غائب ہو جاتا ہے۔ اس قسم کے کئی کرتب دکھائے جاتے تھے۔ یہ عموماً نٹ قوم کے لوگ ہوتے تھے۔ اب یہ لوگ بہت کم رہ گئے ہیں۔

ایک دفعہ انڈیا میں ان لوگوں سے ٹی وی انٹرویو لیا جا رہا تھا۔ ایک بوڑھا کہنے لگا کہ اب لوگ پیسے نہیں دیتے اس لیے ہم نے اور دھندے ڈھونڈ لیے ہیں۔

پاکستان میں کچھ ٹھگ بھی لوگوں کو ہپناٹائیز کر کے ان کی جیبیں اور دوکانیں وغیرہ خالی کرا لیتے ہیں۔

مزاروں پر بھی ایک دو دفعہ ایسے ہو چکا ہے۔ کچھ پیر بھی یہ منتر سیکھنے میں لگے رہتے ہیں۔ کچھ لوگ امریکہ کے مشہور زمانہ جادوگر ڈیوڈ کاپرفیلڈ کو بھی Illusionist کہتے ہیں، مگر اس کا چکر کچھ اور ہے جو کہ آپ کو آگے جادو کے باب میں مل جائے گا۔ بہرحال ہپناٹیزم ایک خاصا دلچسپ علم ہے، امریکہ میں اس پر بہت سے تجربات کئے جا رہے ہیں۔ اگر کوئی اسے سیکھنا چاہے تو یہ مشکل نہیں ہے۔ لیکن اس پر بہت سے لوگوں نے اوٹ پٹانگ کتابیں نقل کر کے لکھ دی ہیں یا کسی کتاب کا انگریزی ترجمہ کیا گیا ہے، جو صحیح نہیں ہوتی۔

اسی طرح انڈیا کی بھی کچھ غلط کتابیں پاکستان میں ملتی ہیں جو ہپناٹیزم کو پتہ نہیں کیا کیا بتاتی ہیں، آپ ان چکروں میں نہ پڑیں۔ یہاں میں کچھ ذکر دنیا کے مشہور پیش گوئیوں کے ماہرین کا کرتا ہوں۔ ان میں اہم ترین نام سولہویں صدی میں پیدا ہونے والے فرانس کے

باشندے ناسٹرڈیماس Nostradamus کا ہے۔ جس کی پیشن گوئیوں پرمنی کتابوں کی ساری دنیا میں بڑی دھوم ہے۔ ان کتابوں میں نپولین، ہٹلر اور کینیڈی تک کی صحیح پیشن گوئیاں شامل ہیں۔ عالمی جنگوں کا بھی حال بتایا گیا ہے۔ اپنی زندگی میں بھی اس نے بہت سی صحیح پیشن گوئیاں کی تھیں۔ میں خود بھی بڑا عرصہ اس کی کتابیں پڑھتا رہا اور اس کی پیش گوئیوں سے بڑا متاثر تھا۔ 1998ء میں مجھے معلوم ہوا کہ اس کی اصل تحریروں میں ایسی کوئی بھی بات شامل نہیں تھی۔

چند ایک مبہم اشارات دیئے گئے تھے، مگر یہ مغرب کے لوگوں کے کاروباری ذہن کا کام تھا کہ انہوں نے اس سے سب کچھ گھڑ لیا۔ مثلاً اس کی ایک اہم پیش گوئی یہ بھی بتائی جاتی تھی کہ جولائی 1999 میں تیسری عالمگیر جنگ شروع ہو جائے گی اور پیرس شہر پر آگ کا بہت بڑا گولہ حملہ کرے گا، اور یہ شہر تباہ ہو جائے گا۔ اصل مسودے میں ہوا میں آگ اور شہاب ثاقب کا ذکر تھا، جس کو لوگوں نے ایٹمی حملہ بنالیا۔ دراصل ناسٹرڈیماس نے کوئی واضح بات نہیں لکھی تھی، مہمل قسم کی شاعری تھی۔ لوگوں نے ہر واقعہ ہو جانے کے بعد خود ہی مطلب نکالے اور کاروباریوں نے اپنا کام چمکایا۔ خود واضح پیش گوئیاں نہ ہونے کے برابر تھیں۔

ایڈگر کیسی امریکہ میں بڑا مشہور نام ہے۔ وہ دوسری عالمگیر جنگ کے دوران بیمار ہو کر فوت ہوا۔ اس کو Sleeping Doctor کہتے تھے۔ یہ خود کو ہپناٹائیز کر کے غیب کی باتیں بتایا کرتا تھا، خصوصاً مریضوں کے علاج میں اس کو بڑی شہرت حاصل تھی۔ اس نے بے شمار مریضوں کا صحیح علاج کیا اور بہت سی صحیح پیش گوئیاں کیں۔ اس میں صلاحیت قابل تعریف تھی۔ اس صلاحیت کی مدد سے اس نے خود دو دفعہ اپنا تمام سرمایہ تیل ڈھونڈنے والی کمپنیاں بنا کر لگایا۔

دونوں بار اس کا تمام سرمایہ ڈوب گیا حالانکہ اپنے گاہکوں کو یہ بڑی کامیابی سے تیل کی جگہ سے متعلق صحیح پیش گوئیاں کرتا رہا تھا (اسکی اس ناکامی کی وجوہات میری خیال میں اس کا پیسے سے متعلق اپنا یقین کم ہونا تھا یعنی اس کے ذہن میں پیسے کی پروگرامنگ کا خانہ چھوٹا تھا، اسے اس چیز کا علم نہیں تھا)۔ 1980ء کے قریب اس نے امریکہ میں نیویارک کے علاوہ ویسٹ کوسٹ کے اکثر شہر تباہ ہونے کی بھی پیش گوئی کی تھی جو کہ غلط ثابت ہوئی۔

جین ڈکسن (Jean Dixon جو 1990ء کے قریب فوت ہوئی) امریکہ اور مغرب کی غیب دانی میں بڑا نام تسلیم کیا جاتا ہے، اس کی بھی کافی ساری ناکام پیشن گوئیاں سب کو معلوم ہیں۔ دراصل مغرب میں بھی بہت سے لوگ پیسے کمانے کے لیے اصل واقعات کو توڑ موڑ کر پیشن

گوئیاں کو کچھ کا کچھ بنالیتے ہیں. خصوصاً کسی بھی پیچیدہ شاعری میں سے ایسے مطالب ہر کوئی نکال سکتا ہے. مغرب والوں کی اس ''کاروباری صلاحیت'' کا مظاہرہ اہرام مصر فرعون میں فرعون کے آخری دریافت شدہ مقبرے سی متعلق کہانیوں اور فلموں میں بھی لگایا جا سکتا ہے، جن میں حقیقت کو موڑ توڑ کر کچھ کا کچھ بنا دیا گیا ایسے ہی وہ ''برمودا ٹرائنگل'' Bermuda Triangle کے ساتھ اور انکا (Inca) اور مایا تہذیبوں کے ساتھ بھی کرنے میں لگے رہتے.

یہ سب کچھ بتانے کا مقصد یہ تھا کہ مستقبل کی حتمی پیش گوئی ممکن نہیں ہے. گو موجودہ حالات میں آپ کی ذہنی حالت دیکھتے ہوئے آپ کے موجودہ یقین کی طاقت کی بنیاد پر کسی نہ کسی حد تک پیش گوئی کی جاسکتی ہے. پھر آپ کی روحانی طاقت اور آپ پر لدے ہوئے بوجھ کا اندازہ کر کے خاصی صحیح پیش گوئی کی جاسکتی ہے. اسلام نے اسی بنیاد پر اور صحیح طریقے سے سمجھ کر مستقبل کی اور غیب کی پیش گوئیاں کے بڑے ماہرین نہیں ملتے. گو ان میں بھی بے شمار اولیاء اللہ نے وقتی طور پر بڑی کامیابی سے حالیہ واقعات وغیرہ بتائے، کچھ مخصوص حالات، میں مستقبل بھی حیرت انگیز کامیابی سے پڑھ لیا. جناب محی الدین ابن عربی کو اس میں خصوصی مہارت حاصل تھی.

ایک بات اور آپ اپنے دھیان میں رکھیں. بہت سے لوگ جو پیشہ ورانہ طور پر دست شناسی اور آسٹرلوجی وغیرہ کا کام کرتے ہیں. انہیں چاہئے کہ پیسے سے متعلق اپنا اعتماد بڑھائیں اس سے متعلق اپنے ذہن کا خانہ (شیل) بڑا کریں. اگر یہ شیل بڑا نہیں چاہئے تو آپ کبھی بھی زیادہ کامیاب نہیں ہوسکیں گے اور آپ کی پیشہ ورانہ مہارت بھی محدود ہی رہے گی.

اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ اپنی صلاحیت کی مدد سے پیسہ حاصل کرنا چاہتے ہیں اور آپ کا ذہن کا شیل چھوٹا ہے، تو آپ کی مہارت اسی کے مطابق تھوڑی اور چھوٹی ہی رہے گی. جبکہ پیسے میں خوش قسمت (یا اس میں بڑا شیل رکھنے والا) کم بنیادی صلاحیت کے ہونے کے باوجود زیادہ کامیاب رہے گا اور اس کی صلاحیت بھی بڑھ جائے گی. خصوصاً امیر گاہکوں کو صحیح بتالیا کرے گا.

ذہن کی پروگرامنگ کے باب میں اس خانے یا شیل کی تفصیلات موجود ہیں، وہاں رجوع کریں اگر آپ خود بھی نجومیوں اور فال نکالنے والوں سے کاروباری حالات پوچھتے رہتے ہیں تو یہی اصول آپ نے استعمال کرنا ہے اگر آپ کا اپنا ذہن کا خانہ پیسے سے متعلق چھوٹا ہے تو نجومی بھی آپ کو لاشعوری طور پر غلط ہی بتائے گا. اپنا یہ خانہ بڑا کریں، پھر وہی لوگ آپ کو صحیح بتا دیا کریں گے.

ورنہ جب بھی آپ اپنے شیل کی حد سے باہر نکلے سب کی پیش گوئیاں غلط ہونے لگ پڑیں، چاہے وہ پہلے صحیح نکلتی رہی ہوں. اس پر غور کریں، کہتے ہیں ایک سیر علم کے لیے 10 سیر عقل کی ضرورت ہوتی ہے. ذہن کا خانہ بڑا کرنے کی صورت میں پیشہ ورانہ طور پر کام کرنے والے یا تو اس میں مہارت حاصل کرلیں گے یا خود ہی ان کو کوئی دوسرا کام مل جائے گا، مگر کسی کام میں ناکام نہیں رہیں گے. اسی اصول کا اور بھی بہت سے کاموں میں استعمال ہوتا ہے.

کسی سے سیکھنا ہی اس میں صحیح طریقہ ہے اور کسی اچھے ماہر سے سیکھیں. اس میں کسی اچھی صلاحیت والے سے ملتے رہنے میں بھی اکثر انسان میں یہ صلاحیت خود بخود آجاتی ہے، اس میں لاشعوری طور پر وہ پیر مرید والا چکر ہی چلتا ہے. اس میں بھی اہمیت صلاحیت ہونے کے ساتھ اس بات کی ہے کہ آپ خود کو کس قابل مانتے ہیں.

پیش گوئیوں میں ایک اور بڑی عجیب بات یہ بھی ہے کہ جس چیز پر بھی آپ یقین کرنے لگ پڑتے ہیں وہی آپ کو اکثر و بیشتر لوگوں (یا اپنے گاہکوں میں) میں نظر آنے لگ پڑتی ہے اور وہ آپ کے لیے صحیح تو ثابت ہوتی ہی ہے، آپ اس کی مدد سے پیش گوئیاں بھی کر سکتے ہیں. مگر اصل میں اس کی بنیاد غلط ہوتی ہے یعنی اصلی علم کے حساب سے وہ بات نہیں ہوتی مگر چونکہ آپ کو یہ یقین (اعتقاد) ہوتا ہے کہ یہ صحیح ہے، اس کے لیے یہ اکثر و بیشتر صحیح ہی ثابت ہوتی ہے. بہتر یہی ہے کہ بنیاد صحیح کریں، زمین صاف کر کے ہی بیج ڈالیں، ورنہ زیادہ محنت ہوگی اور فائدہ کم ہوا کرے گا.

ہپناٹیزم کی مدد سے مخفی حالات معلوم کرنا فاصلے پر دیکھنا اور کبھی کبھی مستقبل کی باتیں معلوم کرنا بالکل ممکن ہے لیکن آپ معمول کو ایسی بات نہیں کرا سکتے جو کہ اس کے بنیادی اصولوں کے خلاف ہو، وہ اسے نہیں کرے گا. کسی کو ہپناٹیزم کرتے وقت دیکھیں کہ اگر وہ شخص آپ سے متاثر ہے اور آپ کو ماہر سمجھتا ہے تو وہ جلدی Mesmierize ہو جائے گا، نہ متاثر ہونے والا دیر سے یا کم ہی ہپناٹیزم ہوتا ہے.

اس میں قوت ارادی کا خاصہ دخل ہے. ہپناٹیز کرنے والا مضبوط ارادے کا ہو تو وہ جلدی دوسرے کو اثر میں لے آتا ہے. ہپناٹیزم کو ختم کرنے وقت معمول کو بتائیں کہ جب وہ آنکھیں کھولے گا تو وہ سب ہدایت بھول چکا ہوگا اور پہلے (عام حالات کی طرح) کی طرح ہوگا. ختم کرتے وقت بھی معمول (جسے ہپناٹیز کیا گیا ہے) کو احتیاط کے ساتھ جگائیں. جس میں

آپ اسے ہدایت دیں گے کہ میں اب دس سے صفر تک گنتی گن رہا ہوں، صفر پر تم آنکھیں کھول دو گے اور پوری طرح تروتازہ ہو گے. پھر ایسے کر کے اسے جگا دیں.

ٹیلی پیتھی

فاصلے پر موجود کسی دوسرے آدمی کی سوچ معلوم کرنے کو ٹیلی پیتھی کہتے ہیں لیکن کچھ لوگ رسالوں وغیرہ میں پڑھ کر سمجھتے ہیں اس میں فاصلے سے دوسرے انسان کا دماغ قابو کیا جاسکتا ہے جب کہ حقیقت میں ایسا کرنا بالکل ممکن نہیں. ٹیلی پیتھی میں عموماً یہ معلوم ہو جاتا ہے کہ دوسرا کیا سوچ رہا ہے. یہ ایک عام انسانی صلاحیت ہے، گو مختلف لوگوں میں اس کی طاقت مختلف ہوتی ہے. بہت سے لوگوں کو دوسرے لوگوں کی سوچ معلوم ہوتی رہتی ہے، مگر اکثر لوگوں کو خود اس کا علم نہیں ہوتا. بہت سے لوگ دوسروں کی سوچیں پکڑ کر (Pick کر کے) اس کے مطابق لاشعوری طور پر ان پر عمل کرتے ہیں. اسی طرح اگر کسی کی سوچ طاقت ور ہے تو دوسرا اسے لاشعوری طور پر پکڑ کر اس پر عمل شروع کر دیتا ہے. مثلاً آپ نے کئی بار دیکھا یا سنا ہو گا کہ آپ کسی دوست کے ساتھ بیٹھے ہیں، آپ کو خیال آتا ہے کہ ٹی وی دیکھنا چاہئے. اسی وقت آپ کا دوست آپ سے کہتا ہے کہ چلو ٹیلی ویژن دیکھتے ہیں یا آپ وہاں گھنٹے سے بیٹھے ہیں آپ نے سوچا چائے پینی چاہئے. جوں ہی آپ ذہن میں یہ خیال آیا اسی وقت آپ کا دوست آپ سے پوچھتا ہے کہ چائے پئیں گے.

یہ ایک عام ذہنی صلاحیت ہے، یہ بہت سے لوگ تھوڑی سی توجہ اور مشق کے بعد سیکھ سکتے ہیں. مجھے شروع شروع میں کئی بار اندازہ ہوا کہ میں لوگوں کی سوچیں کسی خاص وقت میں پڑھ لیتا ہوں. گو یہ صلاحیت معمولی تھی کہ اگر کسی کو پیاس لگی ہے تو مجھے پیاس لگ جاتی ہے یا پانی کا خیال آتا تھا حالانکہ درحقیقت تھوڑی دیر پہلے میں نے پانی پیا ہوتا تھا.

پھر مجھے یہ پتہ چلا کہ دوسروں کو بھی کوئی چیز کروائی جا سکتی ہے جیسے ایمسٹرڈیم میں کئی بار کچھ دوست اکٹھے ایک مکان میں رہے، 1988ء کے بعد یہ کئی بار ہوا کہ میں چائے کی خواہش ذہن میں رکھ کر بیٹھا رہتا تھا تھوڑی دیر کے بعد ساتھ بیٹھا ہوا کوئی دوست مجھے اور دوسروں کو پوچھتا تھا چائے پیو گے اور میرا جواب یہ ہوتا تھا کہ اچھا بنا رہے ہو تو میں بھی پی لوں گا (جب کہ اندر سے بڑا خوش ہوتا تھا).

بہر حال 1992ء کے بعد لوگوں کی سوچ پڑھنا اور لاشعوری طور پر دور کی چیز معلوم ہو جانا ایک معمول کی بات بن گیا تھا. گو یہ چیزیں اس وقت زیادہ ہوتی تھیں، جب میں پوری طرح تروتازہ اور توانائی سے بھرپور ہوتا تھا بلکہ 1995ء سے زیادہ باقاعدگی سے ذکر اذکار کرنے شروع کئے تو پھر نوبت یہ آ گئی کہ صبح سویرے، جس کو پہلی بار دیکھتا تھا اس کی حرکتیں کرتا رہتا تھا، کہ مثلاً اگر کوئی بہت نروس قسم کے بندے کو دیکھ لیتا تو میں خود اگلے کئی گھنٹے نروس رہتا تھا اور شروع شروع میں اس کی وجہ سمجھ میں نہیں آتی تھی. اس کے علاوہ دن میں کئی بار جسم میں دوسروں کے درد محسوس ہوتے تھے جو کہ کسی آس پاس موجود انسان کی تکلیف کا بتاتے تھے یا پھر فاصلے پر کسی دوست کو تکلیف ہو رہی ہوتی تھی لیکن کسی کو یہ اکثر معلوم نہ ہوتا تھا. پھر جب واقفوں کی بیماریوں کا پتہ چل گیا جیسے اگر کسی کو ٹخنے میں درد ہوتا ہے تو مجھے، جس وقت ٹخنے میں درد ہوتا اور اس دوست کو فون کرنے پر معلوم ہوتا تھا کہ اس وقت اسے زیادہ تکلیف ہو رہی ہے.

پھر آہستہ آہستہ اس کی پہچان اور مہارت ہو گئی. پھر اگر ایسا کوئی مجھے ملنے آ رہا ہوتا تھا تو کچھ دیر پہلے اس کا سگنل آ جاتا تھا. پھر 1996ء میں مجھے معلوم ہوا کہ فاصلے پر کچھ لوگ وہی حرکتیں کرتے ہیں جو میں کر رہا ہوتا تھا، یہ لوگ عموماً میرے قریبی دوست ہوتے تھے. مثلاً اگر میں کسی دن تھکا ہوا ہوں اور صبح دیر تک سویا رہا ہوں تو کئی قریبی دوست بھی اس صبح دیر تک سوئے رہتے تھے. پھر بہت سے ایسے واقعات ہوئے. جن کے بعد مجھے اسکا پتہ چل گیا. فاصلے سے کیا کیا ہو سکتا ہے، اس کے لیے میں آپ کو اپنے ایک شاگرد عاشق کی مثال دوں گا. پیچھے عاشق کی بیوی کے علاج کا واقعہ آپ پڑھ چکے ہوں گے. (یہ واقعہ اپنے کچھ روحانی تجربات و واقعات میں موجود ہے).

وہ تقریباً میرا ہی ہم عمر ہے. پاکستان میں حکمت کا بڑا شوقین تھا اور کچھ ماہروں سے سیکھ کر اس میں کچھ مہارت بھی حاصل کر چکا تھا. 1995ء کے آخر میں میں نے اسے باقاعدہ اذکار وغیرہ بتائے. بہت محنتی اور سیدھا سادھا آدمی ہے، چپ چاپ ان میں لگا رہا. 1996ء میں جب میرے آس پاس لوگوں نے عجیب عجیب حرکتیں کرنی شروع کر دیں جن کا میں پیچھے ذکر کر چکا ہوں تو ایک دن عاشق میرے پاس آیا. اس سے کچھ عرصہ پہلے ہی وہ لوگوں کو حالات بتانے میں کچھ مہارت حاصل کر چکا تھا بلکہ اس نے کئی مرید بھی بنا لئے تھے، پھر روحانی علاج مجھ سے سیکھ رہا تھا.

اس دن آ کر کہنے لگا ''پچھلے ہفتے ایک شام میں نے ذکر کرتے کرتے اپنے ایک کزن کا تصور کیا (اس کزن کے ساتھ اس کا جھگڑا رہتا تھا، دونوں ایمسٹرڈیم میں ہی رہتے ہیں) اور اس کو زور سے جھٹکا مارا تو وہ گھر بیٹھے چیخنے لگ پڑا. پھر اس کو معلوم ہو گیا کہ میں نے ایسا کیا ہے، اس نے مجھے ٹیلی فون پر شکایت کی اور میری بیوی کو بھی بتایا. پھر دوسرے دن میں نے فلاں سرنامی ہندوستانی بڑھیا کا تصور کر کے سر کو زور سے جھٹکا تو وہ عورت گھر میں گر پڑی اور چیخنے لگی (اس عورت کو جیسے کوئی سایہ وغیرہ تھا، بقول اس عورت کے) پھر اس نے میرے گھر ٹیلی فون کیا کہ مجھے ابھی ابھی یہ ہوا ہے.''

عاشق اس زمانے میں لوگوں کا علاج کرتا رہتا تھا. وہ عورت بھی اس کے پاس علاج کیلئے آئی تھی اور اس کی بیوی کی رشتے دار تھی. عاشق کی اس حرکت کرنے کا ایک فائدہ یہ ہوا کہ وہ جن بھوت یا جو بھی بلا اسے تنگ کرتی تھی، ایک ماہ کے لیے بھاگ گئی. بہر حال میں نے عاشق کو ڈانٹا اور کہا کہ اگر آئندہ ایسی حرکت کی تو جہاں سے چلے تھے وہاں ہی پہنچ جاؤ گے (عاشق کو پہلے ایک بار یہ سزا دے چکا تھا، پھر اس کو معافی دے دی)

اس کا جواب یہ تھا کہ استاد جی جو چیز آپ نے دی ہے وہ ٹیسٹ کر رہا تھا کہ میرا گھڑا پکا ہے یا کچا، یہ ٹیسٹ کرنا لازمی تھی. اب تسلی ہو گئی ہے کہ گھڑا پکا ہے. اگلے ہفتے مجھے اشارہ آیا کہ عاشق پھر لوگوں پر رعب ڈال کر انہیں ڈرا رہا ہے، مگر وہ حرکتیں خطرناک نہ تھیں. مجھے معلوم ہے کہ نیا نیا روحانی شروع میں ایسے کرتا رہتا ہے، اس لیے اسے کچھ نہ کہا. اس کے کچھ دن کے بعد میرے پاس دو سرنامی نیگرو لڑکیاں (جو میری پرانی گاہک تھیں اور اکثر ہاتھ دکھانے اور علاج وغیرہ کے سلسلے میں آتی رہتی تھیں) آئیں.

وہ دونوں کزن تھیں. اس دن بات چیت کرتے وقت ایک لڑکی کہنے لگی کہ یہ انگلیوں پر گننے کا کیا چکر ہوتا ہے. اس نے اشارے سے بتایا کہ وہ اکثر صبح اٹھتے وقت انگلیوں پر ایسے کرتے ہوئے اٹھتی ہے. اس کا اشارہ ایسے ہی تھا جیسے نماز کے بعد تینتیس تینتیس بار تیسرا کلمہ پڑھا جاتا ہے. جب اسنے یہ کہا تو اسکی کزن جو کہ اس سے علیحدہ دوسرے گھر میں رہتی تھی بولی.

''ہیں یہ تمہارے ساتھ بھی ہوتا ہے میں بھی اکثر صبح ایسے ہی کر رہی ہوتی ہوں، آنکھ کھلتی ہے تو میرا انگوٹھا اس طرح انگلیوں پر چل رہا ہوتا ہے''

پھر وہ دونوں پوچھنے لگیں کہ یہ کیا چکر ہے (یہ دونوں لڑکیاں عیسائی تھیں، انکو مسلمانوں کے

اس طرح گننے کا کوئی علم نہیں تھا) میں انہیں کیا بتاتا، کیونکہ جو وقت اٹھنے کا انہوں نے بتایا تھا، اس وقت میں ذکر کر رہا ہوتا تھا اور ذکر کے دوران ایسے کئی چیزوں کا تجربہ ہو چکا تھا.

میں ذکر میں اکثر انگلیوں پر گنا کرتا ہوں. ٹھیک اسی وقت ان کی انگلیاں بھی لاشعوری طور پر یہی کر رہی ہوتی تھیں. میرے لیے دلچسپی کی بات یہ تھی کہ پہلے بھی کئی بار ایک وقت میں دو اشخاص نے آ کر کوئی بات بتائی جس کے بعد مجھے علم ہوا کہ یہ میری وجہ سے ہوا ہے. اگر کوئی اکیلا شخص یہ بات کرتا تو عموماً میں اسے سنی ان سنی کر سکتا تھا مگر قدرت جیسے مجھے سکھا رہی ہوتی تھی. (بغیر استاد کے سالکوں کو اور خصوصاً میرے جیسے غبی سالکوں کو شاید ایسے ہی سمجھایا جاتا ہے).

روحوں کو بلانا

اس طریقے میں میز پر دائرے کی شکل میں انگریزی حروف تہجی A سے لے کر Z تک ایک دائرے کی شکل میں لکھ کر رکھے جاتے ہیں. پھر صفر سے لے کر 9 تک نمبر بھی لکھ کر دائرہ مکمل کر لیا جاتا ہے. اس میں ایک طرف Yes اور دوسری طرف No لکھا جاتا ہے لیجئے آپ کا بورڈ مکمل ہو گیا. اب آپ نے ایک چھوٹا گلاس لے کر اس دائرے کے بیچ میں رکھنا ہے اور کم از کم دو آدمیوں نے اس پر انگلی رکھنی ہے. انگلی دباؤ کے بغیر ہونی چاہئے. پھر اس سے پوچھنا ہے جو کہ آپ انگریزی یا اردو میں پوچھ سکتے ہیں کہ کوئی یہاں موجود ہے اور آپ دیکھیں گے کہ گلاس آہستہ آہستہ چل کر پہلے لکھے ہوئے لفظ Yes کی طرف جائے گا. اس کا مطلب ہے کہ آپ سوال پوچھ سکتے ہیں.

تھوڑی دیر انتظار کرنے کے بعد گلاس آہستہ آہستہ حرکت شروع کر دیتا ہے پھر کچھ دیر کے بعد اس کی رفتار خاصی تیز ہو جاتی ہے. جو بھی آپ سوال پوچھیں اس کے جواب میں گلاس یا تو Yes یا No کی طرف جائے گا، ورنہ تہجی میں مختلف حروف پر جائے گا. وہ حروف آپ نوٹ کرتے جائیں. اس میں آپ کو اپنے سوال کا جواب مل جائے گا.

ایک احتیاط ضروری کریں کہ کسی سوال کا جواب جب تک مکمل نہ ہو لے مزید سوال نہ پوچھیں، ورنہ سسٹم الٹ پلٹ ہو جاتا ہے. عموماً اس طریقے میں جواب بالکل درست آتے ہیں. یہ کیا چیز ہوتی ہے. اس کے جواب میں عرض یہ ہے کہ یہ کوئی اور نہیں، بلکہ سمجھ لیں کہ آپ کی اپنی روح ہوتی ہے یا آپ کا جن ہوتا ہے.

کچھ لوگ اس میں بجائے گلاس کے ایک چھوٹا چمچ رکھ دیتے ہیں جو کہ چل کر مختلف حروف

اور نمبروں پر اسی طرح جاتی ہے۔ مجھے اپنے 1986ء کے دن یاد ہیں جب ایک دن میں نے اور میرے ایک فرانسیسی دوست Pier بزدل قسم کا تھا وہ کانپتا ہوا کمرے کے کونے میں جا کر بیٹھ گیا اور چلانے لگا Stop it now جب کہ میں اور Pier قہقہے لگا رہے تھے، بلکہ شیطان کو گالیاں بھی دے رہے تھے۔ یہ وہ دن تھے جب میں ہر طرح کے الٹے سیدھے تجربے کرتا رہتا تھا۔ اس طریقے میں اہم بات یہ ہے کہ آپ کو یقین ہونا چاہئے کہ یہ طریقہ کام کرتا ہے۔

مجھے پہلی بار شک تھا، لیکن گلاس چل پڑا۔ کوئی بھی چیز کرنے کے لیے اس پر یقین ہونا چاہئے کہ یہ ہونا ممکن ہے اور بہتر ہے۔ پہلی بار ایسے کسی واقف کے ساتھ یہ تجربہ کریں جو یہ چیز ماضی میں ایک آدھ بار کامیابی سے کر چکا ہو۔ پاکستان میں بھی اکثر نوجوان اس کا ایک آدھ بار تجربہ کر چکے ہیں۔ بہر حال یہ یاد رکھیں کہ فال، روحیں بلانا، پنڈولم اور تاش کے پتے، سب میں درست جواب ملنے کا تعلق آپ کے اپنے اعتقاد سے ہوتا ہے۔ آپ جتنا اس چیز پر یقین کریں گے اتنا ہی درست جواب ملا کرے اور یہ سب چیزیں درحقیقت بالکل ممکن ہیں۔ خود میں نے ان کا کئی دفعہ تجربہ کیا ہے۔

پنڈولم

پنڈولم میں کوئی ایک چھوٹی سی چیز کو دھاگے سے لٹکا کر اس سے ہاں یا نہ میں جواب لیے جاتے ہیں۔ پاکستان میں عموماً لوگ اسی طریقے سے کسی کی اولاد کی تعداد دیکھتے ہیں، وہ اس کے لیے آپ کے ہاتھ پر دھاگا ڈالی ہوئی سوئی لٹکا دیتے ہیں۔ اگر سوئی پہلی بار گول چکر میں گھومے تو پہلی لڑکی ہوگی، پھر سوئی رک کر دائیں بائیں چلے تو دوسرا لڑکا ہوگا۔ اسی طرح جب تعداد مکمل ہو جاتی ہے تو پھر سوئی کھڑی ہو جاتی ہے اور مزید نہیں گھومتی۔

اس میں آپ سوئی کے بجائے کوئی بھی دھات کی چیز استعمال ہیں، جیسے انگوٹھی، کانوں کا ٹاپس، یا کوئی چھوٹی سی لٹو نما چیز۔ بہت سے پنڈولم کے ماہروں کو ملنے اور خود بھی تجربہ کرنے کے بعد پتہ چلا کہ یہ حیرت ناک حد تک صحیح باتیں بتاتا ہے دراصل اس میں بھی ہمارے لاشعور کی طاقت ہوتی ہے۔ عموماً لوگوں میں یقین کی کمی کی وجہ سے کسی بات کو سیدھا دیکھنے (یعنی کشف وغیرہ) میں ناکامی ہوتی ہے، اس لیے یہی لوگ پنڈولم یا دوسرے ذریعوں سے بہتر دیکھ لیتے ہیں۔

اس میں جب آپ شروع کریں تو آپ کو راستے ملتے چلے جائیں گے۔ پاکستان میں بھی

کچھ حکیم اس کی مدد سے مریض کی دوائی کی تشخیص کرتے ہیں، یورپ میں بھی کچھ ہومیو پیتھک والے اس طریقے کو اسی طرح استعمال کرتے ہیں۔

اس میں دلچسپ بات یہ ہے کہ آپ دنیا میں ہر چیز کے بارے میں ہاں نہ میں معلوم کر سکتے ہیں اور مزید سوال کر کے انہیں ہاں نہ میں تقسیم کرتے جائیں، آپ سوال کی تہہ تک پہنچ جائیں گے۔ آپ کا یقین جتنا بڑا ہوتا ہے اتنی زیادہ بڑی چیزیں معلوم ہو جایا کرتی ہیں۔ اس میں آپ ہر قسم کے سوالوں کے بہت سے چارٹ بنا کر بے شمار سوالوں کے جواب دے سکتے ہیں۔

آپ بجائے پنڈولم کو سوال کے اوپر رکھنے کے سوال پر انگلی رکھیں تو ادھر آپ کا پنڈولم گھومنے لگ پڑے گا۔ اس میں جہاں پر بھی پنڈولم گھومنے لگ پڑے وہاں ہی جواب ہوا کرتا ہے۔ بس انگلی کو آہستہ آہستہ چارٹ پر چلاتے چلے جائیں لیکن شروع میں صرف ہاں نہ قسم کے سوالوں سے ابتداء کیجئے، یہ چارٹ بعد کا کام ہے۔ اس میں تین قسم کی حرکت ہوتی ہے۔ ایک ہاں کی صورت جو کہ عموماً پنڈولم گھوم کر دیتا ہے، جو کہ گھڑی کی طرح Clock Wise حرکت ہوتی ہے۔ دوسری عموماً نفی یا نہ کی صورت ہے جس میں عموماً پنڈولم دائیں بائیں ہلتا ہے۔

تیسری شاید کی صورت میں اس میں پنڈولم آگے پیچھے یا الٹا چکر Anticlodk Wise کاٹے گا۔ اس کا مطلب ہے کہ جواب یقینی نہیں ہے لیکن ہر آدمی کا اپنا مختلف طریقہ ہوتا ہے۔

سب سے بہتر ہے کہ آپ بالکل سکون سے کرسی پر بیٹھیں، اپنی کہنی کو میز پر ٹکا کر ہاتھ کو ہوا میں رکھیں۔ پنڈولم کے ساتھ رسی تقریباً چھ سات انچ لمبی ہونی چاہئے۔ پھر اس سے پوچھیں کہ مجھے بتاؤ کہ ہاں کیا ہے۔ چند سیکنڈ کے بعد ہی پنڈولم ایک طرف حرکت کرے گا، وہ حرکت آپ نوٹ کر لیں کہ آپ کے لیے ہاں کا نشان ہے پھر پوچھیں مجھے بتاؤ کہ نہ کیا ہے؟ جس طرف کو وہ گھومے وہ آپ کے لیے نفی کا نشان ہوگا۔

آپ اسی طرح شاید کا نشان پوچھیں۔ چند بار تجربوں کے بعد آپ کو ہاں یا نہ اور شاید کا صحیح طرح سے پتہ چل جائے گا۔ اس میں کامیابی کا فیصد پچاس فیصد سے شروع ہوتا ہے اور 75 فیصد سے قابل اعتماد ہو جاتا ہے۔ مجھے پنڈولم کے کچھ حیرت انگیز حد تک ماہر لوگوں کو ملنے کا اتفاق ہوا۔ یہ لوگ مستقبل نہیں بتاتے تھے مگر مخفی صلاحیتیں اور انسان کے نفسیاتی مسائل بتا لیتے تھے۔ میں خود چند قسم کی چیزیں پنڈولم کی مدد سے کرتا رہا، گو اس میں ہر قسم کی مہارت پیدا نہ کی کیونکہ آپ ہر چیز میں ماہر نہ ہی بنیں تو بہتر ہے کہ ایک آدھ چیز میں مہارت سب سے بہتر ہوتی ہے۔ میں اس کے

ساتھ کچھ چیزیں حیرت انگیز کامیابی کے ساتھ کرتا رہا، میرے تجربے میں آیا کہ پنڈولم کے ساتھ مستقبل کے بارے میں بھی بہت کچھ معلوم ہو جاتا ہے، اس کی کامیابی کا انحصار آپ کی اپنی صلاحیت اور یقین پر ہے۔ ایسے استعمال کرنے میں ایک ہی احتیاط لازمی ہے وہ یہ کہ صبر کے ساتھ اس کے خود ہی ہلنے کا انتظار کریں، اکثر لوگ اسے خود ہی ہلا دیتے ہیں۔ اس چیز کو اپنی مثبت سوچ کی انرجی دیکر اور قوت ارادی استعمال کرکے با آسانی بڑھایا جاسکتا ہے۔

بہر حال پنڈولم ایک ایسی چیز ہے جس میں مہارت آسانی سے ہوجاتی ہے اور اچھا ماہر اس سے 90 فیصد تک صحیح نتیجے نکال لیتا ہے۔ اس میں احتیاط ایک ہی ہے کہ آپ اپنی مرضی یا پسند ناپسند کو کبھی بیچ میں نہ لائیں اور صبر کے ساتھ صحیح جواب کا انتظار کریں۔ شروع میں احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ آپ کا یقین پختہ ہوتا چلا جائے۔

پنڈولم استعمال کرنے میں خاصے لوگ کامیاب ہوجاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انسان میں قدرتی طور پر سب کچھ معلوم کرنے کی صلاحیت ہے لیکن انسان سیدھا دیکھنے میں خود اعتماد نہ ہونے کی وجہ سے ناکام رہتا ہے، جبکہ پنڈولم یا کارڈ میں ان ڈائریکٹ دیکھنا ہوتا ہے۔

پتھروں کا اثر اور فال نکالنا

سعد و نحس اور بیماریوں کے لیے پہنے جانے والے پتھروں کا علم بہت پرانا ہے۔ خود میں بھی بڑا عرصہ اس چکر میں لگا رہا اور سیروں کے حساب سے مختلف نگینے اکٹھے کر لیے۔

پتھر چونکہ قدرتی رنگوں کے ہوتے ہیں اور رنگوں کا ہماری صحت اور مزاج پر کچھ نہ کچھ اثر ہوتا ہے۔ پھر یہ بھی کہ پتھروں میں مختلف معدنیات پائی جاتی ہیں اگر وہ معدنیات ہمارے جسم میں کم ہوں تو اس پتھر کا استعمال موافق ہوتا ہے۔ عقیق کا استعمال مسلمانوں کے لیے میں نے فائدہ مند دیکھا ہے دوسرے مذہب والوں کو بیسیوں دفعہ دیا، ان پر کوئی اثر نہ دیکھا۔ عقیق کے بارے میں ایک ماہر نے بتایا کہ عقیق پہننے سے ہماری دماغ کی آکسیجن جذب Absorb کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے اور انسان چست و توانا ہو جاتا ہے۔

بہر حال پتھروں کا نتیجہ یہ ہی نکلا کہ آپ کے جسم میں انرجی کے ریزرو کبھی کبھی ان کے پہننے سے کام کرنا شروع کر دیتے ہیں، جب کہ یہی انرجی کسی ورد یا دعا پڑھنے کی صورت میں زیادہ بہتر اور یقینی طریقے سے کام کرتی ہے۔

پتھروں میں بھی ہمارے یقین کا ہی بڑا کردار ہوتا ہے۔ کسی خاص کتاب میں فال نکالنا ایک ایسا طریقہ ہے جو ہاں یا نہ معلوم کرنے میں بہت حد تک صحیح رہتا ہے۔ پاکستان اور انڈیا میں مسلمان عموماً دیوان حافظ سے فال نکالتے ہیں۔ اس کا طریقہ یہ ہوتا ہے کہ آپ نے کوئی بھی دعا پڑھ کر کتاب کو کھولنا ہے، جو بھی صفحہ کھلے اس سے ساتویں ورقے پر آپ نے ساتویں سطر میں دیکھنا ہے۔ اس میں آپ کو جواب مل جائے گا۔ آپ تین بار آیت الکرسی پڑھ کر فال نکالیں یا پھر سات بار الحمد شریف پڑھ کر ایسا کریں۔ کچھ لوگ اسی طرح قرآن پاک سے بھی فال نکالتے ہیں، مگر آپ قرآن پاک کو باہر ہی رکھیں تو صحیح ہے۔ اگر فال میں کسی وجہ سے آپ کو صحیح جواب نہیں ملتا تو اس میں آپ کی ہی کوئی غلطی ہے۔ ورنہ جواب بالکل صحیح ہوتا ہے، یہی یقین ہونا چاہئے۔ یہاں مختصراً میں آپ کو یہ بات بتانا چاہتا ہوں جو میرے پامسٹری و نجوم کے بیس سالہ تجربے میں بارہا آئی ہے، کہ اگر کوئی ان علوم کو استعمال کرکے (یا خود سیکھ کر) امیر بننا چاہتا ہے تو یہ خام خیالی ہے وہ ایسا نہیں کر پائے گا، ہاں ان علوم کی مدد سے آپ بعض ذاتی زندگی کی غلطیوں (جیسے غلط جگہ شادی غلط پارٹنر) سے بچ سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ ایک ماہر پامسٹ آپ کے کردار کمزور پہلو واضح بتا سکتا ہے جن کو مضبوط کرکے آپ اپنی شخصیت کو بہتر اور اس کے نتیجے میں عام زندگی میں زیادہ کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔

(خود نجومی اور پامسٹ (عملیات وظیفے وغیرہ کرنے والے بھی) عموماً بھوکے ہی رہا کرتے ہیں)۔ اپنے صحیح حالات معلوم کرنے کا مستند طریقہ (آنے والی چیزوں کا پہلے پتہ چل جانا) سچے خواب ہی ہیں اگر کسی کو آیا کرتے ہیں۔ البتہ اپنی روحانی ذخیرے کو بڑھا کر اور مثبت سوچ اور محنت کے ذریعے اپنے ہر قسم کے حالات تبدیل کئے جاسکتے ہیں۔

جادو

ہم بچپن ہی سے سنتے چلے آئے ہیں کہ جادو برحق ہے۔ رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم پر بھی یہودیوں نے جادو کر دیا تھا، پھر حضرت جبرائیلؑ آئے تو انہوں نے اس کا توڑ بتایا۔ خیر اللہ کے پیغمبر صلی اللہ علیہ وسلم اور وہ بھی خاتم النبیین صلی اللہ علیہ وسلم فخر موجودات پر جادو کون کر سکتا تھا۔ لیکن یہ ہمیں سمجھانے کے لیے یہ واقعہ دکھایا گیا تھا تاکہ مسلمان یہ سمجھ لیں کہ یہ چیز بھی ممکن ہے۔ میرا اپنا ذاتی خیال پہلے یہ تھا کہ شاید رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانے میں جادو

ہوتا ہو، آج کل نہیں ہوتا۔ پھر یہ خیال تبدیل ہو گیا۔ بہر حال سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر جادو ہے کیا۔ اس کا اگر آپ ایک ہی جملے میں جواب لینا چاہتے ہیں تو وہ یہ ہے کہ جادو بنیادی طور پر صرف سوچ کی طاقت ہے۔ یہ ایسے ہی ہے جیسے آپ نے کسی کو دعا دے دی، کسی کو بد دعا دے تو وہ عموماً پوری ہو جاتی ہے۔ ہر فیملی یا برادری میں عموماً ایک آدھی ایسی شخصیت ہوتی ہے۔ اس کی سوچ اور یقین بنیادی طور پر دوسری عام لوگوں سے زیادہ ہوا کرتا ہے۔

بد دعا یا سوچ کی طاقت سے آپ کسی اور کا نقصان کر سکیں یا نہ کر سکیں، آپ اس آدمی کی عقل پر پردہ ڈال سکتے ہیں۔ پھر وہ جو بھی کام کرے گا وہ الٹا ہی ہو گا یعنی وہ شخص غلط فیصلے کرے گا اور نقصان اٹھاتا چلا جائے گا لیکن اگر آپ کسی کا برا کرتے ہیں تو آپ کو اس کا بدلہ دینا پڑے گا۔ یہ اس دنیا کا اصول ہے۔ اس لیے ایسا کام کبھی مت کریں۔ عموماً عورتیں ایسے کام کرتی ہیں، اسی لیے انہیں ناقص العقل کہا جاتا ہے۔ بہر حال جادو عموماً حسد کی وجہ سے کیا جاتا ہے، حسد کو لازمی رشک میں تبدیل کریں۔ جادو کا ایک ذاتی تجربہ تو میں پیچھے اپنی تجربات میں لکھ چکا ہوں۔

دوسرا واقعہ ہمارے ایک بہت اچھے خاندانی دوست Family Friend کے ساتھ پیش آیا چکوال کے پاس ہی کلر کہار کے سائیڈ پر واقع کرولی نام کا گاؤں ہے جس میں ہمارے ان دوستوں کا آبائی گاؤں ہے۔ وہ گدی نشین اور خاندانی پیر ہیں مگر اپنا خاندانی کام چھوڑ کر صرف کاروبار کرتے ہیں۔ موجودہ تینوں بھائی بہت پڑھے لکھے اور شریف انسان ہیں۔ یہ واقعہ ان میں سے منجھلے بھائی پیر ساجد صاحب نے سنایا ہے، جو کہ ان کی آپ بیتی اور بالکل صحیح واقعہ ہے۔ انہیں کی زبانی سناتا ہوں۔

یہ کوئی 1974ء کا واقعہ ہے ہم نے پنڈی شہر میں ایک گھر کرائے پر لیا گھر دوسری منزل پر تھا، نیچے دو کانیں تھیں۔ ایک دوپہر میں کمرے سے باہر نکلا تو دیکھا کہ صحن میں ایک ہانڈی پڑی ہے جس میں مختلف مصالحے وغیرہ اور کچھ اور چیزیں پڑیں ہیں اور ان میں سے دھواں سا بھی نکل رہا ہے، یہ ہانڈی کچھ وقت پہلے وہاں نہیں تھی۔ میں نیچے گیا تا کہ دوکان داروں سے پوچھوں کہ کیا ان میں سے کوئی اوپر آیا ہے یا کوئی باہر سے آدمی آ کر یہ ہانڈی رکھ گیا ہے (کیونکہ اس گھر میں کوئی شخص دوکانوں کے سامنے سے گزرے بغیر نہیں آ سکتا تھا) سب دوکانداروں نے نہیں میں جواب دیا اور یہ بھی کہا کہ انہوں نے کسی شخص کو یہاں سے اوپر جاتے نہیں دیکھا۔

بہر حال بات آئی گئی ہو گئی کچھ دن کے بعد ایک دفعہ پھر ایک ہانڈی دیکھنے میں آئی جو گھر

کے سامنے ہی پڑی تھی اور ہانڈی کے منہ کا رخ ہمارے گھر کی طرف تھا۔ دو تین دن کے بعد والد صاحب سخت بیمار ہو گئے، پھر تھوڑے دنوں کے بعد ہی میرے دو بھائیوں کی وفات ہو گئی۔ ایک کا ایکسیڈنٹ ہو گیا اور دوسرا راستہ چلتے کسی جھگڑے میں چھڑانے لگا تو اسے چھری لگ گئی، اس کی بھی وفات ہو گئی۔ یہ دونوں اموات تین ماہ کے اندر ہوئیں، پھر ہم نے وہ گھر چھوڑ دیا۔

جو لوگ وہاں نئے آ کر رہے، دو تین ماہ کے بعد ان کے گھر سے تین جنازے اکٹھے اٹھے۔

اس کے بعد وہ گھر ابھی تک بند پڑا ہے۔

پھر ہم اپنے گاؤں کرولی میں رہ رہے تھے وہاں ہماری بیٹھک گھر سے باہر ایک کھلی جگہ پر تھی۔ ایک دن میں نے بیٹھک کے اندر چاروں کونوں پر خون کے کچھ دھبے دیکھے جیسے کسی نے وہاں چھینٹے مارے ہوں، یہ دھبے چاروں کونوں میں موجود تھے۔ میں نے وہاں چونا پھروا دیا۔ دوسرے دن میں بیٹھک سے اپنے گھر آیا، چند منٹوں کے بعد میں واپس گیا تو دیکھا کہ وہاں بھی کونوں میں خون کے دھبے پھر سے موجود ہیں۔ میں جلدی سے باہر نکلا کہ دیکھوں کہ یہاں کون آ کر رنگ یا خون پھینک گیا ہے جو کہ دس پندرہ منٹ پہلے وہاں نہیں تھا۔ بیٹھک کے آس پاس بالکل خالی جگہ تھی، اگر کوئی آتا جاتا تو نظر آ جاتا۔ مجھے کوئی آدمی نظر نہ آیا۔ ہمیں اپنے مہینوں سے بند کمروں میں بھی خون کے دھبے ملے۔ اس بات کا ذکر میں نے اپنے ایک دوست سے کیا جس کو ان کاموں میں کچھ واقفیت تھی۔ اس نے مجھے بتایا کہ تم اس شخص کو نہیں دیکھ سکتے کہ وہ لوگ یہ کام اپنے گھر بیٹھ کر کیا کرتے ہیں۔ میرے اس دوست نے کہا کہ میں کچھ کر رہا ہوں، اب یہ کام نہیں ہو گا۔ اس کے بعد پھر وہ دھبے دیکھنے میں نہ آئے۔

جادو ایک حقیقت ہے، لیکن میرے تجربے میں یہ آیا ہے کہ یہ ان ہی لوگوں پر زیادہ اثر کرتا ہے جو وہمی طبیعت کے ہوتے ہیں یا ایسی چیزوں پر یقین رکھتے ہیں۔ گو اوپر بیان کردہ واقعے میں موجود لوگ جادو پر بہت کم ہی یقین رکھتے تھے۔

پانامہ کے ڈکٹیٹر جنرل نورڈ یگو کی مثال آپ کے سامنے ہے اس نے کوئی سو کے قریب ایسے جادوگر اکٹھے کر رکھے تھے جو کہ بیٹھے صدر ریگن پر جادو کرتے رہتے تھے۔ ریگن کا کچھ نہ بگڑا، الٹا امریکن فوج نے جا کر جنرل نارڈ یگو کر پکڑ لیا۔

جادو کا ایک اہم اصول یہ ہے کہ اگر آپ کسی کو کوئی بات کہتے ہیں یا غصے میں کچھ کہتے ہیں کہ جیسے کہ بیمار ہو جاؤ تو اس کا اس پر تھوڑا بہت اثر ضرور ہوتا ہے، جیسے 10 یا 20 فیصد۔ لیکن یہی

بات اگر مخصوص وقت کی جائے تو اس کا اثر 50 فیصد ہو جاتا ہے اور اگر آپ کی سوچ بہت طاقتور ہے تو پھر بہت جلدی اثر ہوتا ہے۔

لوگوں کے سامنے سٹیج پر جادو کرنے والوں میں اس وقت دنیا میں سب سے بڑا نام David Copper Field کا ہے، جو کہ بے شمار عجیب و غریب کرتب سٹیج پر لوگوں کے سامنے کرتا ہے۔ اس نے کھلی فضا میں بھی کچھ حیرت انگیز اور ہوش ربا قسم کے کرتب دکھائے، جیسے امریکہ کے مجسمہ آزادی کو ہزاروں لوگوں کی موجودگی میں غائب کر دینا، جو کہ چند منٹ وہاں سے غائب رہا۔ اسی طرح وہ دیوارِ چین میں سے گزر کر پار ہو گیا۔ پھر اس نے لوگوں کے سامنے پوری ٹرین غائب کر دی۔ اس کے کرتب اتنے عجیب و غریب اور ناقابل یقین ہوتے ہیں کہ دیکھنے والے یہی کہیں گے کہ ایسا تو سامری جادوگر بھی نہیں کر سکتا۔

1992ء میں ایک دن ٹی وی پر اس کا شو تفصیل کے ساتھ دیکھا تو ایک بار تو ایمان ڈول گیا کہ یہ کیا ہے، اگر یہ شخص نظر بندی کرتا ہے تو پھر کیمرہ تو دھوکا نہیں کھا سکتا۔ ہال میں بیٹھے لوگ تو نظر بندی کا شکار ہو جائیں گے مگر کیمرہ تو حقیقت ہی بتائے گا اور اگر جادوگر ہے تو پھر اتنی بڑی چیزیں کیسے ممکن ہیں۔ میں نے چند گورے دوستوں سے باتیں کیں، کسی نے کچھ بتایا کوئی کچھ بتا رہا تھا۔ پھر ہفتے کے بعد مجھے ایک ساؤتھ امریکہ کے ملک سرینام کی رہنے والی ایک چینی النسل لڑکی ملی۔ اس کا چچا امریکہ میں سٹیج پر جادو وغیرہ کے کرتب دکھایا کرتا تھا۔

اس لڑکی نے مجھے بتایا یہ سب کرتب شیشے اور گھومنے والی مشینوں وغیرہ کی مدد سے کئے جاتے ہیں۔ مثلاً مجسمہ آزادی کو غائب کرنے والے کرتب پر ملین ڈالر سے زیادہ خرچہ آیا تھا۔ وہ کہنے لگی کہ جتنا بڑا جادوگر ہوتا ہے، اتنا خرچے والا، مہنگا اور بڑا کرتب ہوتا ہے، چھوٹے اور غریب جادوگر سستے اور چھوٹے کرتب دکھایا کرتے ہیں۔

یعنی خاناں دے خان پروہنے
غریب دا کوئی یار نہیں او

مجھے اس کی بات پر شک تھا، لیکن ایک اور دوست نے جرمنی میں ایک دستاویزی قسم کی فلم دیکھی جس میں بتایا گیا کہ ڈیوڈ کاپر فیلڈ نے ٹرین کیسے غائب کی تھی۔ اس میں سامنے شیشہ رکھا گیا تھا لوگ بجائے ٹرین کے شیشے کو سٹیج والی جگہ سے دیکھ رہے تھے۔ ٹرین دوسری طرف کھڑی تھی جب کہ شیشے میں نظر آ رہا تھا کہ وہ سامنے کھڑی ہے پھر وہ شیشہ ہٹا لیا گیا، ٹرین غائب ہوئی۔

پھر میں نے پاکستان میں بھی شیشے کی مدد سے کچھ کرتب دکھانے کے متعلق ایک کتاب پڑھی۔ بہر حال ایک الجھن تو ختم ہو گئی، ورنہ شاید میں یہی کرتب سیکھنے شروع کر دیتا۔ بہر حال حقیقی جادو کی صورت میں چاہئے کہ 19-19 بار سورۃ فلق اور سورۃ الناس پڑھ کر دم کریں۔ یہ سات دن تک کرتے رہیں، پھر اس کے بعد دل میں شک و شبہے بالکل نہ آنے دیں۔ رات کو سوتے وقت بھی خود پر تین بار آیت الکرسی پڑھ کر پھونک لیں۔ دراصل جادو کا اثر زیادہ اسی وقت ہوتا ہے۔ جب انسان کو شک یا وہم پڑ جائے کہ اس پر جادو کام کر چکا ہے، بالکل وہم نہ کرنے والے پر بہت کم ہی جادو ہو چکا ہے، اس کے کام رو کے گئے ہیں۔ تو پھر یہ اسی طرح ہے کہ حقیقت میں جادو ہو چکا ہے۔

کسی وہمی شخص کا وہم دور کرنے کے لیے آپ کوئی ڈرامہ وغیرہ بھی کر سکتے ہیں۔ جیسے کہیں سے تعویذ برآمد کر دینا وغیرہ۔ پھر اسے پہننے کے لیے کوئی تعویز وغیرہ بھی دیں۔ پر یہ یاد رکھیں کہ وہم نہ کرنا ہی اس کا پکا اور صحیح علاج ہے۔



باب نمبر ۳۴

میرے اپنے کچھ روحانی

تجربات وواقعات

سالکوں کی دلچسپی کے لیے میں اپنے چند شروع کے نیم روحانی و روحانی تجربات لکھتا ہوں. میں ہالینڈ میں 1977ء سے رہ رہا ہوں. مگر 1980ء سے لے کر 1992ء تک پامسٹری آسٹرلوجی رمل وغیرہ میں مصروف رہا. 87ء سے روحانی علاج بھی شروع کیا، لیکن اسلام کی طرف میرا جھکاؤ 1992ء کے بعد شروع ہوا. جس کی وجہ شاید دوسری چیزوں کے علاوہ میری شادی بھی تھی. 1992ء سے میں نماز وروزے کا پابند ہوگیا، پھر تھوڑا بہت ادھر ادھر لوگوں سے سن کر جو بھی اچھا لگتا پڑھتا رہتا تھا.

بہرحال 1992ء آخیر سے ہی کچھ روحانی واقعات ہوگئے تھے جب میں نے نماز روزہ شروع کیا اور شرارتوں سے توبہ کی. تو پہلی چیز یہ ہوئی تھی کہ میں جس چیز کی خواہش کرتا تھا وہ فوراً مل جاتی تھی. میں اس وقت ہالینڈ سے واپس پاکستان منتقل ہوگیا تھا اور ہالینڈ چھٹیوں پر آیا ہوا تھا. اور جیسا کہ چھٹیوں پر جانے والوں کا عموماً مسئلہ ہوتا ہے، میرے پاس پیسے ناکافی تھے. انہی دنوں میں نے پہلی بار واضح طور پہ چیزیں محسوس کیں. اس وقت ایسا ہونے کی وجہ یہ تھی کہ میں وہاں زیادہ مطمئن، پرسکون اور توانائی سے بھرا ہوتا تھا (ایسی چیزیں شروع میں ایسے وقت ہی شروع ہوتی ہیں، پھر سالک کا حوصلہ ہو تو جاری رہتی اور بڑھتی چلی جاتی ہیں).

مثلاً میرے پاس گاڑی نہیں تھی. میں نے سوچا کہ اگر کسی سے اچھی سی گاڑی مل جائے تو یہ گرمیاں اچھی طرح گزر جائیں گی، کیونکہ کچھ مہمان بھی چند دنوں کے لیے آرہے تھے.

دوسرے دن ہی میرے ایک گہرے دوست (عرف گھگے) کا ٹیلی فون آگیا جو ان دنوں جیل میں آرام فرما تھا. اس نے کہا کہ میرے نئی BMW فلاں لڑکا رگڑتا پھر رہا ہے، یہ تم لے کر رکھلو، اسے چلاؤ. اسی دن شام کو میں وہ گاڑی لے آیا. مجھے ان دنوں انگوٹھی کے پتھروں وغیرہ کا بڑا شوق تھا اور میں اپنے لیے ایک اچھا سا نیلم ڈھونڈ رہا تھا. نیلم یورپ میں بہت مہنگا ہوتا ہے.

میں اسی دن تھوڑی دیر کے لیے اپنی ایک پرانی گاہک کو ملنے گیا جو کہ اپنے کسی دوست کے ساتھ رہ رہی تھی. اس کا دوست اس وقت کہیں باہر گیا ہوا تھا. میں کافی پینے میں مصروف تھا کہ وہ لڑکی ایک خوبصورت سی ڈبیا لے کر سامنے آ گئی، اس نے دکھایا کہ اس کا دوست یہ کام کرتا ہے وہ جوہری تھا. اس ڈبیا میں اچھی قسم کے نیلم تھے، میں انہیں دلچسپی سے دیکھنے لگ پڑا.

وہ لڑکی میری دلچسپی دیکھ کر خود ہی بولی کہ تمہیں جو پسند آتا ہے لے لو. میں نے کہا کہ نہیں. مگر وہ بضد ہوگئی کہ نہیں کم از کم ایک لے لو. میں نے ایک جو اچھا لگا اٹھا لیا. پھر دوسرے دن ہی مجھے یہ خواہش ہوئی کہ ایک خاص قسم کی جیکٹ اگر مل جاتی تو چھوٹے بھائی کو تحفے میں دے دیتا. اس جیکٹ کی قیمت کوئی ڈیڑھ ہزار ڈالر بنتی تھی اور میں ان دنوں بالکل کنگال تھا، اور یہ جیکٹ ہالینڈ میں نہیں ملتی تھی. لیکن دوسرے دن ہی کسی کو ملنے گیا، وہاں کسی نے وہ جیکٹ تحفے میں دے دی.

اسی طرح کم و بیش ایک ہفتے میں چودہ چیزیں ملیں جن کی تفصیل لکھنا یہاں لمبائی کا سبب بن جائے گا. انہیں دنوں مجھے اپنا پہلا ٹیلی پیتھی کا تجربہ ہوا میں ان دنوں Spaarndamerstreet پر ٹھہرا ہوا تھا اور پامسٹری کی پروفیشنل پریکٹس کیا کرتا تھا. میرے پاس کافی مستقل گاہک تھے جو کہ کوئی بھی کام کرنے سے پہلے آ کر پوچھا کرتے تھے ان میں وہ لڑکی Elisa بھی تھی جو کہ اکثر آتی رہتی تھی. میں ایک دن صبح اٹھ کر باہر بالکونی میں کھڑا ہوا اور نیچے سڑک کی طرف دیکھنے لگا. مجھے ایسا لگا کہ چیزیں صاف نہیں دکھائی دے رہی ہیں، جیسے آنکھوں میں پانی پڑ گیا ہو یا نظر کمزور ہوگئی ہو. میں نے اندر آ کر منہ دھویا، آنکھوں میں پانی مارا، لیکن بدستور وہی کیفیت تھی. تقریباً 15 منٹ یہی رہا.

مجھے فکر پڑ گئی کہ نظر تو اچانک خراب نہیں ہوگئی، مگر تقریباً 15 منٹ کے بعد سب کچھ نظر آنے لگ پڑا. یہ کوئی صبح ساڑھے دس بجے کا وقت تھا (قارئین کے لئے عرض ہے کہ میری نظر بالکل درست ہے اور میں عینک نہیں لگاتا). اس دن میں ورزش کرنے لگا. جب اس کے لئے نیکر پہنا تو اپنے گھٹنے سے تھوڑا اوپر ایک چاندی کے روپے کے برابر ایک کالا سا نشان دیکھا، جیسے کسی چوٹ لگنے کی وجہ سے بن گیا ہو. مگر مجھے کچھ یاد نہیں تھا کہ پچھلے چند دنوں میں وہاں کوئی چوٹ لگی ہو. خیر میں نے کوئی خاص توجہ نہ دی. اسی دن شام کو Elisa اچانک ہاتھ دکھانے آ گئی. اس نے سکرٹ پہنا ہوا تھا. صوفے پر بیٹھے ہوئے اس کا سکرٹ تھوڑا اوپر ہوا تو میری نظر اس کی ٹانگ پر پڑی. بالکل اسی جگہ جہاں پر میرا نشان تھا اس کی اسی جگہ پر اسی سائز کا نشان مجھے نظر آیا.

میں ٹھٹک گیا، اس سے پوچھا کہ یہ نشان کیسے آیا کیا چوٹ لگی ہے؟ میرے پوچھنے کی وجہ یہ بھی تھی کہ میرے گھٹنے پر بھی ایسا نشان نہ جانے کہاں سے آیا تھا. تو Elisa اچانک بولی کہ پتہ نہیں، مجھے کچھ یاد نہیں. میں نے صبح دیکھا ہے، اور آج صبح میں اپنے آئی لینس (Eye Lens) کہیں کھو بیٹھی تھی، مجھے کچھ نظر نہیں آ رہا تھا. میں نے پوچھا یہ کتنے بجے کی بات ہے، کہنے لگی کہ صبح دس بجے کے بعد کی بات ہے. یہ وہی وقت تھا جب مجھے گھر کے باہر کچھ نظر نہیں آ رہا تھا. پھر وہ چوٹ کا نشان بالکل اسی جگہ اور اسی سائز کا تھا. اگر صرف ایک چیز ہوتی تو شاید میں اس پر توجہ نہ دیتا. لیکن قدرت مجھے کچھ سمجھانا چاہتی تھی. گو یہ لیلیٰ مجنوں والی کہانی مجھے کوئی خاص پلے نہ پڑی کہ یہ کیا ہے.

پھر انہی دنوں کچھ اور ایسے واقعات ہوئے تو میں ہوشیار ہو چکا تھا، ان کی سمجھ آ جاتی تھی.

پھر 1993ء میں ایک دلچسپ واقعہ ہوا. اس وقت میں کچھ ذہنی ارتکاز کی مشقیں کرتا رہتا تھا. ایمسٹرڈیم میں ایک اتوار کی صبح میں اپنے ڈچ دوست برٹ لمبے کے ساتھ علاقہ Judan کے ایک کیفے میں گیا، ہم اکثر اکٹھے باہر جایا کرتے تھے اور خرچہ بھی آدھا آدھا کیا کرتے تھے. وہاں کافی پینے کے بعد ہم جب جانے لگے تو میں بل دینے کاؤنٹر پر گیا اور وہاں بارٹینڈر کو 25 گلڈر کا نوٹ دیا جس میں سے اس نے مجھے 20 گلڈر واپس دینے تھے. مگر بارٹینڈر نے مجھے 45 گلڈر واپس دے دیے، وہ سمجھا کہ میں نے اسے 50 کا نوٹ دیا تھا. میں نے اسے 25 گلڈر واپس کر دیے کہ اسے غلطی لگی ہے. پھر ہم ایک اور کیفے میں گئے وہاں برٹ نے بل دیا. شام کو ایک پارٹی پر جانا تھا میں نے راستے میں کچھ پھول 20 گلڈر کے خریدے، پھر تیسرے کیفے میں جا بیٹھے. وہاں میں نے چائے مانگی اور برٹ نے کسی اور چیز کا آرڈر دیا. جب کچھ دیر کے بعد وہاں سے اٹھے تو میں بل دینے گیا. بارٹینڈر کو میں نے 25 گلڈر کا نوٹ دیا، لیکن بارٹینڈر نے مجھے واپس 44 گلڈر دیے. وہ سمجھا کہ میں نے اسے 50 کا نوٹ دیا ہے. میں نے اسے 25 گلڈر جو اس نے فالتو دیے تھے، وہ واپس کر دیے. جو اس نے شکریے کے ساتھ واپس لے لیے. لیکن میں چونک چکا تھا کہ ایک دفعہ تو ایسا ہو سکتا ہے، دو دفعہ ایک دن میں یہ بات ہونا ممکن نہیں. اس کے بعد میں گھر واپس آیا، دوپہر کو اپنے دوست ضیاء (عرف جم) دوکان پر گیا جہاں اس نے ٹورسٹوں کی بیچنے کی چیزیں رکھی تھیں.

ضیاء اس وقت کاسہ (Kasa) کے پیچھے بیٹھا تھا. میں بھی ساتھ بیٹھ گیا. حسب معمول جم کے

ساتھ ان بارٹینڈروں کے بھولنے کا ذکر کیا اور کہا کہ یہ اتفاق نہیں ہو سکتا ، یہ کچھ اور چکر ہے. ضیاء اس وقت ایک بوڑھے گاہک سے کچھ پیسے وصول کر رہا تھا. مجھے کہنے لگا کہ ایسے کر و اس بوڑھے کو بھی چکرا دو کہ یہ سب پیسے دیکر چلا جائے (ضیاء کو میرے روحانی شغلوں کا کچھ علم تھا اور اندازہ بھی) میں نے تجربے کے طور پر بوڑھے کو دیکھ کر ذہن میں سوچنا شروع کر دیا کہ وہ پیسے بھول کر چلا جائے. بوڑھا نہ بھولا. اس نے اپنے صحیح پیسے لیے اور دوکان سے باہر چلا گیا. لیکن ساتھ کھڑی ہوئی ایک نوجوان لڑکی اپنے پینتیس 35 گلڈر کاؤنٹر کی سائیڈ پر رکھ کر دائیں بائیں دیکھنے لگ پڑی اور پھر اچانک دوکان سے باہر نکل گئی. میں اس کے پیچھے دوڑا اور اسے پیسے واپس دیئے.

لیکن تجربہ آدھا کامیاب ہو چکا تھا. ذہن پر زور دینے پر اور کوئی وجہ سمجھ نہ آئی ، صرف کچھ دن پہلے کا بتایا ہوا ایک پاکستانی کا واقعہ یاد آیا جو کہ دبئی میں رہتا تھا اور وہاں مزدوری وغیرہ کرتا تھا. اس کا یہ کام تھا کہ وہ دکان میں جا کر سودا لیتا تھا. کوئی چھوٹی موٹی چیز لے کر سو درہم کا نوٹ نکال کر دوکان دار کو دینے لگتا تھا ، پھر بجائے دوکاندار کو ہاتھ میں نوٹ پکڑانے کے ، اسے پھاڑ دیا کرتا تھا. دوکاندار پریشان ہو جایا کرتا تھا اور اسی افراتفری میں وہ پاکستانی بجائے نوٹ اسے دینے کے اپنی جیب میں ڈال لیا کرتا تھا اور دکان سے سو درہم میں سے بقایا رقم لے لیا کرتا تھا. یہ کام وہ کئی سال سے کر رہا تھا.

ان دنوں یہ واقعے ہونے کی ایک خاص وجہ یہ تھی کہ میں پاکستان میں بہت مصروف اور بے سکونی کے دن گزار رہا تھا. جب کہ چھٹیوں پر اپنے من پسند طریقے سے اور بہت خوش باش ہوتا تھا ، زیادہ توانائی کے وقت ایسی چیزیں خود بخود بھی شروع ہو جاتی ہیں.

اس کتاب کی اشاعت کے مراحل کے دوران پھر ایسا ہی ایک واقعہ ہوا. 2 جولائی 2000ء کو اسلام جناح سپر میں ایک محفل میں بیٹھے ہوئے ایسے ہی موضوعات پر بات چیت ہوتی رہی. وہاں میرے چھوٹے بھائی کیپٹن خالد نے ایک یوشی Wolf Grigorievich Missing (Warsan 1899) نوجوان کا قصہ سنایا جو ایک خالی کاغذ دکھا کر بینک والوں سے پیسے لے لیا کرتا تھا ، اس نے یہ کام سٹالن کے سامنے بطور امتحان بھی کامیابی سے کر کے دکھایا تھا. 1972ء میں Wolf Grigorievich Missing فوت ہوا. اس کے دوسرے دن میں پلاٹینیم بینک حیدر روڈ راولپنڈی میں ایک لاکھ روپے لینے کے لیے گیا ، وہاں بینک کے عملے کو ایک اسی ہزار اور دو سو بیس ہزار روپے کا چیک دیا. بینک کے عملے نے مجھے کچھ دیر انتظار کرنے کو کہا کہ تھوڑی دیر

میں کیش آنے والی ہے.

میں وہاں پاس ہی صوفے پر بیٹھ کر انتظار کرنے لگ پڑا. اس وقت میرے ذہن میں اسی روسی نوجوان کا خیال آیا اور یہ سوچ بھی آئی کہ ایسے طریقے سے تو بینک سے بڑے پیسے لیے جا سکتے ہیں. کوئی بیس منٹ انتظار کرنے کے بعد بینک میں پیسے آ گئے. میں نے پیسے لے کر گننے چاہے مگر کیشیر کہنے لگا کہ یہ پورے ہیں. میں انہیں جیب میں ڈال کر اسلام آباد واپس آ گیا. کوئی چار گھنٹے کے بعد شام کو مجھے بینک سے ٹیلی فون آیا کہ کہیں غلطی سے میرے پاس زیادہ پیسے تو نہیں آ گئے؟ میں نے گنے تو بیس ہزار روپے فالتو تھے ، وہ میں نے ان کو واپس کر دیئے. ایسے واقعات میرے ساتھ ہر چند ماہ کے بعد ہوتے رہتے ہیں. میرے کئی شاگردوں کے ساتھ بینک میں بھی زیادہ پیسے ملنے کے واقعات ہوتے رہے.

1994ء کی بات ہے ، میرا ایک لاہور کا رہنے والا دوست اور شاگرد عاشق تھا. میں اسے روحانیت اور روحانی علاج وغیرہ سکھا رہا تھا. اس نے ایک سرنام (جنوبی افریقہ کا ایک ملک) کی رہنے والی ہندوستانی النسل مسلمان عورت سے شادی کر رکھی تھی. اس عورت کی یہ دوسری شادی تھی ، پہلی شادی سے اس کی ایک 18-19 سالہ بیٹی تھی جس کا نام جینی تھا. بھابھی کو پرانا کینسر تھا.

میں اس وقت بھی وہاں چھٹیوں پر ہی گیا تھا. میں نے عاشق سے کہا کہ میں بھابھی کا علاج کرنے آؤں گا. میں شہر میں ضیاء کی دوکان سے واپس گھر آ رہا تھا تا کہ کپڑے تبدیل کر کے تھوڑی دیر ستا کر عاشق کی طرف جاؤں. مجھے راستے میں ٹرام میں بیٹھے ہوئے اپنے بائیں ہاتھ کے انگوٹھے میں سخت درد ہونے لگ پڑا.

مجھے پتہ چل گیا کہ میرے کسی قریبی دوست یا جاننے والے کو یہ تکلیف ہو رہی ہے (یہ میرے ساتھ پچھلے کوئی دو سال سے ہوتا تھا لیکن اکثر مجھے یہ پتہ نہیں چلتا تھا کہ تکلیف کس کو ہو رہی ہے ، گو پوچھنے پر معلوم ہوتا تھا کہ آس پاس بیٹھے ہوئے کسی واقف کو یا فاصلے پر کسی قریبی دوست کو ہو رہی ہوتی تھی).

میں چونکہ اس وقت ضیاء کے چھوٹے بھائی چوہدری شوکت (جلال پور جٹاں) کے گھر جا رہا تھا جہاں پر میرا چھٹیوں میں قیام تھا (شوکت میرا بھائی بنا ہوا ہے) اس دن اس کے گھر میں دولڑکے کوئی دیوار وغیرہ بنانے میں لگے ہوئے تھے. جن میں سے ایک جلالپور جٹاں کا رشید نامی تھا اور دوسرا ایک انگریز تھا. مجھے خیال آیا کہ شاید کام کرتے وقت رشید کو ہتھوڑی لگ گئی ہو. جب

گھر پہنچا تو رشید سے پوچھا کہ تم نے کہیں انگوٹھے پر ہتھوڑی تو نہیں مار لی. رشید کہنے لگا کہ پیر صاحب نہیں. پھر انگریز کو بھی دیکھا، اس کو بھی کوئی چوٹ نہیں لگی تھی. خیر وہاں تھوڑی دیر آرام کرکے عاشق کے گھر کی طرف کی ٹرام پکڑی. جب ٹرام سے اتر کر عاشق کے گھر کی طرف چلا تو اس کے گھر سے کوئی تیس گز کے فاصلے پر میری دائیں ٹانگ میں شدید درد ہونے لگ پڑا، میں نے رک کر پاؤں جھٹکا اور پھر چل پڑا. اگلا قدم اٹھایا تو درد اور شدید ہوگیا، ہر قدم پر درد زیادہ ہوتا چلا گیا مگر مجھے وجہ سمجھ نہ آئی کہ کہیں جوتے کا تلہ گھسے ہونے کی وجہ سے تو ٹانگ نہیں درد کر رہی. مگر درد بہت زیادہ تھا. میری برداشت عام لوگوں کی نسبت کئی گنا رہی ہے، مگر یہ برداشت بھی جواب دینے لگ پڑی. سوچا کہ یہاں ہی بیٹھ جاؤں، مگر جب آخری قدم اٹھا کر گھر کی گھنٹی دینے لگا تو درد اچانک بالکل غائب ہوگیا، جیسے کبھی تھا ہی نہیں. جب میں سیڑھیاں چڑھ کر پہلی منزل میں ان کے گھر پہنچا تو مجھے درد کی وجہ سمجھ آ چکی تھی. میں نے بھابھی سے پوچھا کہ آپ کی ٹانگ میں سخت درد ہو رہا تھا. بھابھی نے کہا کہ ہاں میں نے کہا کہ اب میرے خیال سے وہ ختم ہو چکا ہے اور ٹانگ میں اب ہوگا بھی نہیں.

بھابھی نے کہا کہ پانچ منٹ پہلے ایک ٹیلی فون آیا تھا مجھے جا کر سننا پڑا اسے وقت سخت درد ہو رہا تھا.

اس پر میں نے کہا کہ کھڑی ہو کر دیکھیں، اب درد غائب ہو چکا ہونا چاہئے. بھابھی نے اٹھ کر ایک دو قدم چل کر کہا کہ اب تو واقعی کوئی درد نہیں ہے. اسی وقت مجھے خیال آیا، پوچھا کہ یہاں کسی کو انگوٹھے پر چوٹ تو نہیں لگی. عاشق کہنے لگا کہ میری چھوٹی سالی کی بیٹی جو کہ سات آٹھ سال کی تھی اس کی انگلی کوئی دو گھنٹے پہلے دروازے میں آ گئی تھی اور اس نے رو رو کر گھر سر پر اٹھا لیا تھا. یہ وہی وقت تھا جب ٹرام میں بیٹھے ہوئے مجھے انگوٹھے میں درد محسوس ہوا تھا. پھر دوسرے دن دیکھا تو رشید نے اپنے انگوٹھے پر پٹی باندھی ہوئی تھی. میں نے پوچھا کیا ہوا. کہنے لگا کہ پیر صاحب آپ نے کہا تھا کہ چوٹ تو نہیں لگی. تھوڑی دیر کے بعد ہتھوڑی ہاتھ پر لگ گئی. اس وقت مجھے اپنے منہ سے نکالی ہوئی بات کے پورے ہونے کا ایک اور تجربہ ہوا.

یہ بھی میرے ساتھ پچھلے سال سے ہو رہا تھا.

جب میں تین ہفتے قیام کے بعد پاکستان واپس آنے لگا تو سب کو خدا حافظ کہا.

رشید کہنے لگا کہ پیر صاحب اب پتہ نہیں کس جگہ ملاقات ہوگی. میرے منہ سے نکلا ''باقی کا

تو پتہ نہیں، لیکن تمہیں میں اسی گھر ہی ملوں گا''

رشید وہاں غیر قانونی طور پر مقیم تھا. وہ بھی جلال پور جٹاں کا رہنے والا تھا، ان دنوں شوکت کے گھر میں رہ رہا تھا. میں ایک سال کے بعد پھر ایمسٹرڈیم گیا تو پھر شوکت کے گھر ہی رشید سے ملاقات ہوئی. اس وقت وہ شرکت داری پر کسی کے ساتھ دوکان کھول چکا تھا جو کامیابی سے چل رہی تھی. کہنے لگا کہ میں نے چار بار یہ گھر چھوڑ کر اپنا گھر لینے کی کوشش کی ہے، ہر دفعہ چند دن میں یہاں واپس آنا پڑا. آپ نے جو کہا تھا یہاں ہی ملیں گے، اب یہاں ہی ملاقات ہو رہی ہے.

پھر تھوڑے دنوں کے بعد رشید دوسرے گھر میں شفٹ ہوگیا. 1996ء سے سپین میں سیٹل ہوگیا ہے.

مجھے کوئی 1993ء سے سچے خواب آ رہے تھے 1995ء اپریل میں میں واپس ہالینڈ آ چکا تھا، وہاں جولائی میں مجھے ایک دن سوتے جاگتے میں رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کی زیارت ہوئی، اس میں مجھے ایک خاص پیغام دیا گیا جو یہاں بتانا مناسب نہیں ہے.

میں 1994ء سے باقاعدہ ذکر وغیرہ شروع کر چکا تھا.

پہلا ذکر مجھے چشتی سلسلے کا کیپٹن واحد بخش سیال صاحب (بہاولپور) سے ملا تھا.

پھر ہالینڈ آنے سے پہلے دوسرا ذکر شیخ عبدالرحمان بن عبداللہ صاحب سے کراچی میں ملا.

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کی زیارت و پیغام کے بعد میرا اصل روحانی سفر شروع ہوا.

گو 1994ء میں مجھے بہت کچھ معلوم ہونے لگ پڑا تھا. آس پاس ہر چیز تبدیل ہو رہی تھی، ہر چیز بہتر ہو رہی تھی، میرے سب قریبی دوست بھی بڑی ترقی کر رہے تھے. سب کے سب بڑے اچھے کاروباری بن چکے تھے. پھر یہ بھی ہو رہا تھا کہ میں جو کچھ منہ سے نکالتا تھا، مثلاً اگر کسی سے کہا کہ تمہیں کوئی پیٹے گا تو ایک دو دن کے اندر ہی اس کی کوئی پٹائی کر جاتا تھا. آس پاس کے دوسرے بھی کافی لوگوں میں یہ صلاحیت وقتی طور پر آ جاتی تھی. خصوصاً جب میں ان کے آس پاس ہوتا تھا کہ اگر بتاؤں تو وہ اپنے دشمنوں کا نقصان کریں گے (عام لوگوں کا پیمانہ بڑا چھوٹا ہوتا ہے). نوبت یہاں تک آ گئی کہ میں نے اپنے دوستوں کو ملنا بھی چھوڑ دیا. اس وقت صرف اپنے لازمی کاروباری ملنے والے ایک دو لوگوں کو ملتا تھا، ورنہ گھر ہی بیٹھا رہتا تھا یا اکیلا پھرتا رہتا تھا. ایک دن اپنے پرانے دوست ارشد (گکروٹ، جرا) کو ملنے گیا. ارشد نے مجھے شکایت کی کہ تم کسی پرانے دوست کو نہیں ملتے ہو کیا ہو گیا ہے. پھر کہنے لگا ''عجیب بات ہو رہی ہے کہ میں جو

خیر میں نے موضوع ختم کر دیا، فرینک واپس چلا گیا. میں نے یہ معلوم کرنے کے لیے کہ یہ کون تھا جو جادو کر رہا تھا، اپنا حساب کتاب کیا. اس میں پہلے بھی ایک دفعہ ایک آدمی پر شک تھا جو کراچی کا رہنے والا تھا اور انڈیا میں ایک بڑے پیر کا مرید تھا. خود بھی بہت کچھ جانتا تھا، کشف وغیرہ میں ماہر ہونے کے علاوہ اور بھی کافی کچھ کر لیتا تھا. ایمسٹرڈیم میں اپنے کزن چوہدری نواز صاحب کی دوکان پر اس سے ملاقات ہوئی تھی. یہ غالباً اپریل 1995ء کی بات تھی، یہ آدمی کہتا تھا کہ اس کے پاس جن ہیں اور وہ اور بھی سب لوگوں کے جن قابو کر لیتا ہے. خیر مجھے جنوں کو قابو کرنے والی بات سمجھ میں نہیں آ رہی تھی لیکن روحانیت میں نیا ہونیکی وجہ سے میں لوگوں کو اپنے روحانی راز بھی بتا دیا کرتا تھا. میں نے اسے اپنے ساتھ ہونیوالی کچھ باتوں کا ذکر کیا تھا.

اب وہی آدمی تھا جو میرے پیچھے پڑا تھا. گھر میں حساب وغیرہ کرنے سے مجھے پکا پتہ چل گیا کہ یہ وہی ہے. اس سے پہلے دو تین دن مجھے شک تو تھا، لیکن مجھے کوئی خاص پروا نہیں تھی کہ مجھ سے اگر کسی نے کچھ لے بھی لیا تو کیا فرق پڑیگا. لیکن اب میں ڈر چکا تھا. پہلی رات میں سویا تو خواب دیکھا. اس میں دو بلیاں آپس میں لڑ رہی تھیں. میں ان کے قریب گیا تو ایک بلی اچھل کر میرے گلے سے لٹک گئی میں گھبرا کر جاگا تو دیکھا میرا اپنا بایاں ہاتھ اپنے گلے پر جما ہوا ہے.

میں پھر سو گیا، بہر حال یہ کوئی اچھا نشان نہیں تھا، پہلے ایسی بات میرے ساتھ نہیں ہوئی تھی. دوسری رات سویا تو مجھے خواب میں سانپ نے کاٹا، روحانیت میں اسکا مطلب یہ ہوتا ہے کہ کسی کا جادو کام کر چکا ہے. مجھ سے اس رات ایک غلطی ہو چکی تھی جس کی وجہ سے یہ ہوا. بہر حال اگلے تین چار دن میں ڈرا رہا، پھر نارمل ہوتا چلا گیا. جب اپنے روحانی رہنماؤں جو کہ میری غیبی مدد کرتے تھے پوچھا کہ میں چاہتا ہوں کہ اس سے بدلہ لوں. کیونکہ مجھے اپنی پروا نہیں ہے لیکن وہ شخص دوسروں کا نقصان کرتا ہے. لوگوں نے برسوں کی محنت اور کبھی کبھی ساری عمر لگا کر کچھ لیا ہوتا ہے وہ ان سے چھین لیتا ہے، یہ غلط ہے. لیکن مجھے یہی ہدایت ہوئی کہ تم کچھ نہ کرو. میں اور فکر مند ہوا کہ کیا وہ مجھ سے زیادہ طاقتور ہے؟ اس لیے مجھے اس پر حملے کی اجازت نہیں دی جا رہی ہے.

پھر یہ فکر بھی کہ اپنا بچاؤ کیسے کروں، اس پر یہی ہدایت ہوئی تھی کہ اس طرف دھیان ہی مت دو. خیر میں سارا دن آیت الکرسی پڑھتا رہتا تھا. ہفتے کے بعد پھر یہی سوال بدلہ لینے کا کیا پھر وہی جواب آیا، مہینے کے بعد کیا پھر وہی جواب ملا. تین مہینے کے بعد جب یہ بات پرانی ہو چکی تھی

پھر یہی سوال کیا. جواب آیا ''اچھا کرنا چاہتے ہو تو کچھ کر سکتے ہو'' میرا پاکستان میں ایک اچھا دوست جو بہت نیک آدمی اور روحانیت میں عامل بھی ہے اس نے مجھے ایک مشورہ دیا کہ ایسے کرو. میں نے ویسے ہی کر دیا. مجھے کوئی خاص امید نہیں تھیں کہ کچھ ہو سکتا ہے، لیکن دو تین ماہ کے بعد پتہ چلا کہ وہ شخص (جادوگر) اپنا سب کچھ کھو چکا ہے. لیکن اس آدمی کو میں داد ضرور دوں گا، مجھے بعد میں میری بیوی نے ذکر کیا کہ اسے کوئی جن وغیرہ اس عرصے میں بہت تنگ کیا کرتا تھا. سوتے وقت کوئی ایسی ہی چیز آ کر اسے بہت ڈرایا کرتی تھی.

وہ اتنا ڈر گئی تھی کہ اس نے کئی کئی راتیں سونا بند کر دیا تھا. یہ وہی عرصہ تھا جب وہ شخص میرے پیچھے لگا ہوا تھا. یہ بات میں نئے روحانیوں کے تجربے کے لیے لکھ رہا ہوں کہ وہ روحانیت کے شروع میں خاصی احتیاط کریں، کسی غلط آدمی سے اپنی روحانی ترقی کی بات نہ کریں. مجھے یہ باتیں معلوم نہ تھیں کیونکہ میں بغیر پیر کے سالک تھا. میرے پیر وہی تھے جو ہر ایک مسلمان کے ہیں یعنی رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم اور مجھے اس طریقے سے کئی چیزیں سکھائی گئی تھیں. لیکن اس دنیا میں جادو کی طاقتیں بھی کام کر رہی ہیں، جن کا بعد میں کئی لوگوں کے بارے میں تجربہ ہوا.

جادو کا ایک ہی حل ہے کہ اس کے لیے کوئی سورت وغیرہ پڑھ کر کچھ دن مسلسل دم کریں اور پھر شک وشبے کو ذہن میں ہی نہ آنے دیں. سالکوں کے لیے بہتر ہے کہ شروع میں کسی سے بھی روحانی ترقی کا ذکر نہ کریں کیونکہ ان روحانی چیزوں میں بہت سے لوگ جلنے والے ہوتے ہیں، خصوصاً نئے نئے اور نا کام پرانے روحانیوں میں بھی. اب کچھ ذکر یورپین روحانیوں کا بھی ہو جائے. پہلی بات تو یہ ہے کہ یہ لوگ باتیں بتانے میں بعض اوقات خاصی مہارت رکھتے ہیں اور دوسری بات کہ اس میں فراڈ کم کرتے ہیں، یعنی جتنا معلوم ہو بتا دیتے ہیں اور پھر کہتے ہیں کہ انہیں اتنا ہی علم ہے. لیکن نہ کسی کی کوئی مدد کر سکتے ہیں نہ حالات تبدیل کرنے کا کوئی خاص طریقہ جانتے ہیں.

دعا وغیرہ کا بھی کوئی رواج نہیں ہے. یقین کامل جو روحانیت کی بنیاد ہے اس کو پانا ان کے بس کی بات نہیں ہے. بہر حال اسلام کی روحانیت ان سے بہت ہی آگے ہے، گو اسلام میں مستقبل بینی کی اجازت بہت کم ہے اور کشف الہام کی طرف بھی کم توجہ دی جاتی ہے.

میں 1995ء آخیر سے یہاں Paranormaal Beaurs (پیرانارمل میلے) پر جانے لگ

کیوں وہ ہو رہا ہے مثلاً ماہ پہلے میرے پاس کوئی قرضہ لینے آ گیا، میں اسے پیسے قرض نہیں دینا چاہتا تھا میں نے بہانہ بنایا کہ مجھے یہ پرابلم ہے وہ پرابلم ہے، خرچہ بہت ہو رہا ہے. لیکن میں نے جو کچھ بہانے میں کہا، اگلے ہفتے بالکل وہی کچھ میرے ساتھ ہوا، ذرا برابر بھی فرق نہیں تھا. یہ کیا چکر ہے."

اس پر میں نے اسے کہا کہ اب تمہیں پتہ چل چکا ہے کہ میں کیوں لوگوں کو نہیں ملتا ہوں، تم بھی زبان کی احتیاط کیا کرو (ارشد میرے شغلوں سے پرانا دوست ہونے کی وجہ سے واقف تھا اور بہت سمجھدار تھا، اس لیے اسے بتانا صحیح تھا). یہ چیز اتنی طاقتور ہو گئی تھی، کہ مجھے سخت مشکل پڑ گئی تھی کیونکہ میں خود اس کی زد میں آ جاتا تھا.

مثلاً اگر کسی سے کہہ بیٹھتا تھا کہ میرا ملنا مشکل ہے تو وہ اگر چھ بار بھی ملنے آتا تو کسی نہ کسی وجہ سے نہ مل سکتا تھا. اگر کہتا کہ میں بہت کم سوتا ہوں تو کئی کئی دن نیند نہیں آتی تھی.

کافی کوششوں کے بعد اس جال سے نکلا. 1995ء میں ایمسٹرڈیم میں میری ایک اور پاکستانی نوجوان فاروقی (راولپنڈی) سے ملاقات ہوئی جو کہ پشاور کے کسی بڑے پیر صاحب کا خلیفہ تھا. روحانیت میں پندرہ سولہ سال سے مصروف تھا. چشتی سلسلے کے کوئی سولہ اذکار ہوتے ہیں، وہ سولہ کے سولہ کیا کرتا تھا اور روحانیت میں خاصی ترقی کر چکا تھا.

میری پہلی ہی ملاقات میں اس سے سینگ پھنسائی (بحث مباحثہ اور بدمزگی) ہو گئی. کیونکہ وہ شریعت کی باریکیوں میں بہت زیادہ جاتا تھا اور مجھے 1995ء میں شریعت کا کچھ علم تو تھا لیکن زیادہ گہرا نہ تھا. اس نے میری دو تین غلطیاں پکڑ لیں مثلاً کہ درود شریف کیسے پڑھنا چاہئے وغیرہ، لیکن وہ غلطیاں کوئی غلطیاں نہیں تھیں یا مجھے کم از کم یہ محسوس ہوا. وہ خود کو بڑا روحانی سمجھتا تھا جب کہ مجھے نئی نئی روحانیت ملی تھی، تھوڑی بہت. نیا روحانی بھی نئے پولیس والے کی طرح ہوتا ہے. نیا پولیس والا قانون کی بہت باتیں کرتا ہے، نیا دولت والا ہر وقت پیسوں کی بات کرتا رہتا ہے، نیا روحانی روحانیت کی باتیں بہت کرتا ہے، پھر اسے آزماتا بھی رہتا ہے.

خیر دو تین گھنٹے کی بحث کے بعد فاروقی نے مجھے اپنے کاغذوں میں فیل کر دیا کہ میں روحانیت میں کچھ نہیں ہوں، کیونکہ شریعت میں ماہر نہیں ہوں. خیر گھر واپس آیا تو سخت غصے میں تھا. بہر حال دوسرے دن عاشق کو ملنے گیا، وہ مجھے لے کر فاروقی کی طرف چلا گیا.

فاروقی کہنے لگا "میں کل ساری رات سو نہ سکا کوئی یہاں موجود تھا اور مجھے تنگ کرتا تھا.

مجھے سگریٹ کے دھوئیں اور پرفیوم سے الرجی ہے، وہ ساری رات میرے اوپر پرفیوم پھینکتا رہا. جب میں اٹھ کر بیٹھ جاتا تھا وہ پرے چلا جاتا تھا، جب واپس لیٹتا تھا تو وہ پھر پرفیوم کی بوتل لے کر مجھ پر پھینکتا تھا. لگاتار تنگ کرتا رہا. آخر رات کہیں دو بجے میں نے تنگ آ کر عاشق کو فون کیا کہ تم تو کچھ نہیں کر رہے ہو، تو عاشق کہنے لگا "قمر صاحب سے تمہاری مغز ماری ہوئی تھی وہ ہی لگے ہوئے ہوں گے." کچھ دیر بیٹھنے کے بعد میں اور عاشق واپس آنے لگے تو میں نے فاروقی سے کہا کہ "تمہارے کان میں تو درد نہیں ہے"

وہ کہنے لگا کبھی کبھی ہوتا ہے. خیر ہم واپس آ گئے، دوسرے دن فاروقی نے بتایا کہ اس کے کان میں اس رات بہت شدید درد رہا. اس کے بعد وہ مجھ سے بہت ڈر گیا تھا. وہ پاکستان میں کافی سارے ناگوں اور مجذوبوں سے پنگے لیتا رہتا تھا، لیکن یہ پہلا موقع تھا کہ اس کے ساتھ کچھ ہوا تھا.

پھر ہم تینوں اکٹھے ذکر کیا کرتے تھے ایک دن فاروقی کہنے لگا کہ ہم تینوں میں سے کسی کے پیچھے کوئی لگا ہوا ہے، یعنی جادو وغیرہ کر رہا ہے. میں نے پوچھا کیا ہوتا ہے کہنے لگا کہ جب میں اکیلا ذکر میں مصروف ہوتا ہوں تو ایک بڑی سی آنکھ سامنے آ جاتی ہے، جیسے مجھے ہپنا ٹائز کر رہی ہو. اور نہ ان چیزوں کا کوئی گہرا تجربہ تھا. دوسرے دن شام کو میرا ایک ڈچ دوست جو کہ ٹیرٹ کارڈ پڑھنے والا اور روحانیت میں کافی عرصے سے تھا، مجھے ملنے آیا، اس کا نام فرینک تھا.

فرینک دوسرے لوگوں کو تو انکے حالات بتایا کرتا تھا مگر اپنے حالات پوچھنے میرے پاس آیا کرتا تھا، جو کہ میں رمل وغیرہ کی مدد سے بہت حد تک درست معلوم کر لیا کرتا تھا. میں نے ایسے حالات بنائے، پھر اس سے پوچھا کہ تم مجھے کچھ بتا سکتے ہو. فرینک آنکھیں بند کر کے بیٹھا چند سیکنڈ کے بعد کہنے لگا کہ کوئی تمہارے سے بہت جیلس ہے. میں نے پوچھا وہ کیا، تو پھر آنکھیں بند کر کے کہنے لگا کہ کوئی تم سے سخت جیلس ہے اور تمہارا نقصان کرنا چاہتا ہے. میں نے پوچھا کہ جیلس میرا کیا کر سکتا ہے؟ پھر فاروقی کی بات ذہن میں آئی، میں نے پوچھا کوئی ٹونہ وغیرہ تو نہیں کرنے میں لگا ہوا؟ فرینک کہنے لگا "ہاں کوئی تم پر جادو کر رہا ہے" پھر فرینک خود ڈر گیا اور کہنے لگا "یہ بہت سخت جادو ہے، کوئی چیز جیسے تمہاری کمر کے ساتھ لگائی گئی ہے" پھر کہنے لگا "میں یہ نہیں دیکھنا چاہتا" وہ رونے والا ہو گیا تھا. میرے لیے یہ کچھ ہنسی کی بات بھی تھی کیونکہ فرینک کو میں پرانا جانتا تھا، وہ جادو وغیرہ پر یقین نہیں کرتا تھا. لیکن اب بیٹھا چیخ رہا تھا.

پڑا، میں وہاں عموماً پامسٹری اور ہیلنگ (Healing) کرتا تھا. یہ میلے ہر ہفتے ہالینڈ کے مختلف شہروں میں ہوتے تھے، اس میں ایک بڑا سا ہال میلے کے منتظمین کرائے پر لے لیتے تھے پھر ہم سب شامل ہونے والوں کو ایک ایک سٹال دے دیا جاتا تھا. یہ بڑے ہال عموماً چرچ وغیرہ کے ہوا کرتے ہیں. اس میں داخل ہونے والوں کو دس گلڈر انٹری فیس دینی ہوتی تھی (دو گلڈر کا ایک ڈالر بنتا ہے) پھر اندر آنے والے لوگ گھوم پھر کر سب سٹال والوں کو دیکھتے تھے اور پھر جسے دلچسپ پاتے تھے اس سے (Consult) کرتے تھے (باتیں پوچھنا وغیرہ) جس کی فیس سٹال والوں کو 25 گلڈر سے کم رکھی ہوتی تھی اور وقت بھی دس پندرہ منٹ ہی دینا ہوتا تھا. اس ہال میں تقریباً سو لوگوں نے سٹال لگائے ہوئے تھے ان میں سات آٹھ پامسٹ، چار پانچ آسٹرلوجر، پندرہ بیس ٹیرٹ کارڈ پڑھنے والے کچھ Aura (جسم کے آس پاس انرجی کا جسم) کا فوٹو لینے والے، کچھ علاج والے جو کہ دوائیوں اور روحانی علاج مختلف قسم کے ہوتے ہیں. پھر پامسٹری، آسٹرلوجی اور روحانیت کی کتابیں بیچنے والے، روحیں بلانے والے، ہر قسم کے لوگ ہوتے تھے، جو کہ تبدیل ہوتے رہتے تھے. ہر شہر میں آدھے کے قریب نئے لوگ آ جاتے ہیں.

میلے کے منتظمین نے مجھے کہا کہ وہ مجھے سب سے بہتر سمجھتے ہیں. میرے ان میلوں میں جانے کا بڑا مقصد یہاں کے روحانی لوگوں کو ملنا اور انہیں سمجھنا تھا. جو میں نے خوب سمجھ لیا. میرا پہلا میلا مجھے خوب یاد ہے یہ ایمسٹرڈیم کے پاس ہی ایک چھوٹے سے شہر Almer میں ہوا تھا، مجھے جو سٹال ملا میں اس پر سارا دن مصروف رہا اور ساتھ ساتھ کچھ لوگوں سے پوچھتا گیا کہ یہاں موجود ہال میں بہتر بتانے والے کون کون سے ہیں. پھر شام کو جب ہال بند ہونے کا وقت آیا تو میں نے اپنے دوست Frank (جس کا اوپر ذکر کر چکا ہوں اور جس نے مجھے میلوں کا پتہ بھی دیا تھا) سے پوچھا کہ یہاں اچھا حالات بتانے والا کون ہے.

فرینک نے مجھے کہا کہ وہ کونے پر بیٹھا ہوا موٹا (جو تقریباً 175 کلوگرام ہوگا) اچھا ہے اور اس کے ساتھ بیٹھی ہوئی بوڑھی بھی بہت اچھی ہے. اس بوڑھی کا کوئی پینتیس سالہ ان کاموں کا تجربہ ہے. مجھے پہلے اپنے گاہکوں سے بھی انہی دو اور خصوصاً اسی عورت کا پتہ چلا تھا. خیر میں اس کے سٹال پر پہنچ گیا، اس وقت ہال بند ہو رہا تھا لوگ باہر جا رہے تھے. جب میں اس کے سامنے کرسی پر بیٹھا تو وہ کہنے لگی کہ تم بھی پوچھنے آئے ہو.

میں نے کہا ہاں وہ کہنے لگی کہ میں نے تمہیں دیکھا ہے، تم بھی یہاں سٹال والے ہو. بہر

حال میں تم سے فیس نہیں لوں گی، ہمیں آپس میں ایک دوسرے سے فیس نہیں لینی چاہیے. مگر مجھے تھوڑا استا لینے دو کیونکہ سارا دن مصروف رہنے کی وجہ سے میرا سر درد ہونے لگ پڑا ہے، تھوڑے آرام کے بعد تمہارے حالات بتاؤں گی.

مجھے روحانی علاج کا تجربہ پچھلے دس سال سے تھا، میں نے ایک منٹ کے اندر اس کا سر درد صحیح کر دیا.

جس کے لیے مجھے اتنا کرنا پڑا کہ اسے کہا سر میں جس جگہ درد ہے وہ ہاتھ سے بتائے، پھر اسے کہا کہ اب سر درد نہیں ہے. اتنا کرنے سے ہی اس کا سر درد صحیح ہو گیا. بہر حال مجھے حالات بتانے لگی. میں اس وقت ایمسٹرڈیم میں ٹورسٹوں کے علاقے میں پھلوں وغیرہ کی دکان کھولنے کے پروگرام میں تھا، پھر پامسٹری کی پریکٹس بھی تھی.

اس نے مجھے بتایا کہ تم کاروبار کرنا چاہتے ہو، کوئی دوکان وغیرہ اور بھی کچھ میرے حالات بتائے. وہ صحیح بتا رہی تھی، مگر مجھے ان باتوں سے کوئی خاص دلچسپی نہیں تھی. کیونکہ میں ان دنوں ہونے والے روحانی تجربات پر حیران تھا اور اس کے بارے میں معلوم کرنا چاہتا تھا. آخر میں نے اس سے سوال کیا کہ مجھے ایک بات بتاؤ کہ میرے ساتھ ایسی باتیں کیوں ہوتی ہیں جو دوسرے لوگوں کے ساتھ نہیں ہوتیں. میرے سوال کو سن کر وہ آنکھیں بند کر کے مراقبے میں چلی گئی. پھر تھوڑی دیر میں گھبرا کر آنکھیں کھول دیں اور مجھے کہنے لگی ''مجھے یوں لگتا ہے کہ تم اس دنیا کی مخلوق نہیں ہو، تم دوسری دنیا (Dimension) سے آئے ہو تم لوگوں کو وہ سب سکھانے آئے ہو جو وہ لمبا عرصہ ہوا بھول چکے ہیں''.

مجھے اس کی بات سن کر ہنسی آنے لگی.

لیکن پھر اس سے پوچھا ''میں کوئی برا انسان تو نہیں ہوں؟''

وہ کہنے لگی ''نہیں، تم بہت اچھے ہو''.

پھر میرا سوال یہ تھا کہ مجھے کچھ تفصیل بتاؤ تو کہنے لگی ''مثلاً میں Medium (روحیں بلانے والی) ہوں. میں چاہوں تو خود کو کسی بھی شکل میں تبدیل کر سکتی ہوں، کسی بھی آدمی کی جگہ پر (یعنی مراقبے میں جس کا تصور کروں وہی بن جاتی ہوں). لیکن تم آس پاس کے ہر آدمی کو تبدیل کر سکتے ہو'' (یعنی ایسا بنا سکتے ہو جیسی میں ہوں). پھر اس نے کچھ اور باتیں بھی بتائیں. لیکن مجھے اپنی بات کا جواب مل چکا تھا، لیکن خلائی مخلوق والی بات سمجھ میں نہیں آ رہی تھی اور اس پر ہنسی بھی

آرہی تھی. لیکن بعد میں تجربات سے پتہ چلا کہ وہ صحیح کہہ رہی تھی.

پھر ان ہی میلوں پر مجھے کچھ اور لوگ ملے جن میں سے ایک دن مجھے انڈونیشیا کی رہنے والی عورت سلفاتا نے گھر مدعو کیا، اس نے اور بھی دو تین سٹال والوں کو مدعو کیا ہوا تھا. جب میں وہاں پہنچا تو وہاں مجھے ملک سرینام کا رہنے والا ایک ہندو لڑکا شکتی بھی ملا جو ٹیرٹ کارڈ (قسمت کا حال دیکھنے والے پتے) اور جسم کے چکرا (Energy Points) جن کو لطیفات بھی کہتے ہیں) کا ماہر تھا. وہ مجھے بتانے لگا کہ تمہارا دایاں ہاتھ اور دایاں پاؤں انرجی دیتا ہے اور بایاں ہاتھ اور بایاں پاؤں انرجی لیتا ہے (بعد میں یہ معلوم ہو کہ ہر ایک آدمی کا یہی ہوتا ہے). پھر کچھ اور باتیں بتانے کے بعد کہنے لگا کہ تمہارا Protection (حفاظت کرنے) والا چکر بہت مضبوط ہے.

میں نے پوچھا کہ وہ کہاں پر ہوتا ہے.

تو وہ کہنے لگا کہ تمہارے گلے پر موجود چکرا بہت زیادہ کام کر رہا ہے جو کہ تمہاری حفاظت کرتا ہے.

یہ عام لوگوں کا جسم سے چار سینٹی میٹر کے فاصلے سے زیادہ نہیں ہوتا، مجھے صرف دو آدمی آج تک ایسے ملے جن کا یہ چکر 15 سے بیس سنٹی میٹر تک کام کرتا تھا. جب کہ تمہارا چکرا 20 سنٹی میٹر پر بڑی مضبوطی سے کام کر رہا ہے. پھر وہ اپنے ہاتھ کو میرے گلے کے سامنے دو میٹر (چھ فٹ) کے فاصلے پر لے گیا اور حیران ہو کر کہنے لگا کہ تمہارا حفاظت کرنے والا (جو دوسروں سے روحانی حفاظت کرتا ہے) یہاں پر بھی کام کر رہا ہے، کہ میں ہاتھ کو آگے نہیں لے جا سکتا.

وہ واقعی کوشش کرتا تھا لیکن اس کا ہوا میں لہراتا ہوا ہاتھ آگے نہیں آتا تھا (شکتی سینکڑوں روحانی لوگوں کے چکرا چیک کر چکا تھا). یہ انہی دنوں کی بات ہے جب کہ میں اس جادو والے مسئلے میں پھنسا ہوا تھا اور بہت زیادہ آیت الکرسی پڑھتا رہتا تھا. اس واقعے سے آپ کو اسلام کے نظام اور آیتوں کی طاقت کا اندازہ ہوگا. کیونکہ یورپین اور مغرب لوگوں کی روحانیت کا ہمیں زیادہ علم نہیں ہے اور جس چیز کا علم نہ ہو اس کے بارے میں کوئی اندازہ نہیں کیا جا سکتا.

میں ان میں سے بے شمار لوگوں کو ملنے ان سے حالات پوچھنے اور بتانے کے بعد اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ وہ لوگ اصل روحانیت سے بہت دور اور پیچھے ہیں. گو حالات بتانے وغیرہ میں ان کی مہارت خاصی ہے. مگر اس کے ماہر پاکستان میں بھی مجھے کافی مل چکے ہیں. گو پاکستان کے اشتہاری لوگوں میں 98 فیصد لوگ فراڈ ہیں. یورپ میں حالات معلوم کرتے وقت ایک دلچسپ

بات یہ بھی معلوم ہوئی کہ جو بھی ان کے پاس جاتا ہے اس کی اپنی انرجی کے حساب سے ہی بتاتے ہیں کہ مثلاً اگر کوئی روحانیت والا ان کے پاس چلا گیا ہے تو پھر وہ اس کو بالکل صحیح بتائیں گے.

اسی طرح اگر کوئی ان پر شک وشبہ کرنے والا اگر ان کے پاس چلا گیا تو عموماً وہ صحیح بتا نہیں پاتے تھے یا غلطیاں کرنے لگ پڑتے تھے. ان کے پاس جانے والے کو چاہئے کہ ان پر پوری طرح بھروسہ کر کے جائے. میں 1995ء میں ایک دو کے پاس کچھ سیکھنے بھی جاتا رہا، مگر پھر معلوم ہوا کہ الٹا ان کو میرا شاگرد ہونا چاہئے. روحانی علاج میں مجھے بہت سے دلچسپ واقعات سے واسطہ پڑا.

روحانی علاج میں نے 1987ء سے شروع کر دیا تھا، اس میں کچھ وقت ایسا آتا تھا کہ ہر ایک آنے والا صحیح ہو جاتا تھا. پھر چار چھ ماہ ایسے ہوتے تھے کہ ٹھیک ہونے والوں کی تعداد آدھے سے بھی کم رہ جاتی تھی. خیر اس کی وجہ میں نے پیچھے شک وشبے کے باب میں لکھ دی ہے.

1997ء شروع کی بات ہے میرے پاس ایک ایمسٹرڈیم میں ہی رہنے والی امریکن عورت علاج کے لئے آئی، اس کی عمر کوئی 47 سال کے لگ بھگ تھی. 15 سال کی عمر میں موٹر سائیکل کا حادثہ ہوا تھا جس میں اس کی دونوں اور بہت سی ہڈیاں ٹوٹ گئی تھیں. اسکی جان تو بچ گئی مگر پھرنے کے قابل ہونے میں کافی عرصہ لگا. اسکے بعد وہ بے شمار ڈاکٹروں اور روحانی علاج والوں کے پاس جاتی رہی، مگر وغیرہ بدستور جاتی رہے.

چوہدری ضیا (جرم) اسے میرا پتہ ملا. میرے علاج کا طریقہ اس طرح ہے کہ میں تکلیف والی جگہ سے تین چار انچ دور ہاتھ رکھ کر ان کو انرجی دیتا ہوں اور ساتھ ہی کوئی دعا بھی پڑھتا ہوں.

بہر حال اس عورت (اس نام Caproyati تھا) کو بھی علاج کے بعد واپس بھیج دیا. تیسرے چوتھے دن اس کا فون آیا تو وہ کہہ رہی تھی کہ اسکی تکلیف بالکل ختم ہو چکی ہے. مہینے یا ڈیڑھ ماہ کے بعد اس نے پھر ٹیلی فون کیا اور کہا کہ بے احتیاطی کرنے کی وجہ سے اسے پھر کمر میں کچھ تکلیف ہو گئی ہے.

بہر حال وہ دوبارہ آئی اور بتایا پچھلے پورے وقت اسے بالکل تکلیف نہیں ہوئی اور اس عرصے میں اس کی توانائی بھی بہت زیادہ تھی اور اس نے ان دنوں اتنا کام کیا جتنا وہ سوچ بھی نہیں سکتی تھی. پھر ایک دن وہ ایک بھاری سی تصویر اٹھا کر باہر کھلی ہوا میں جا رہی تھی کہ پیچھے سے اچانک ہوا کا جھکڑ آیا اور کمر کو جھٹکا گیا اور کمر کی تکلیف پھر شروع ہوگئی. خیر میں نے دوبارہ اس کا

علاج کیا اور وہ چلی گئی۔

اس کے دو دن بعد وہ مجھے ڈھونڈتی ہوئی ضیا کی دوکان میں آ گئی۔

کہنے لگی کہ کل رات میرے ساتھ عجیب واقعہ ہوا میں رات سوئی ہوئی تھی کہ میری آنکھ کھل گئی۔ اس وقت کسی نے میری ٹانگ پکڑ کر مروڑی۔ باقاعدہ کڑ کڑ قسم کی آواز کے ساتھ ٹانگ گھوم کر اپنی اصلی قدرتی جگہ پر آ گئی جو کہ حادثے کے بعد سے اصل جگہ سے گھومی ہوئی تھی، اب 32 سال کے بعد یہ اپنی اصل جگہ پر آئی ہے۔ یہ تم نے کیسے کیا ہے؟

میں نے Caproyat کو کہا اس چکر میں مت پڑو، بس تم ٹھیک ہو گئی ہو یہ جاننا کافی ہے۔

Caproyat کو اب مسئلہ یہ تھا کہ وہ 32 سال سے ٹیڑھی ٹانگ کے ساتھ چلتی رہی تھی، اب صحیح ٹانگ کے ساتھ چلنے کی اسے عادت نہیں رہی تھی، لیکن چند دنوں میں عادت ہو گئی۔ میرے چھوٹے بھائی کے دوست میجر علی عباس (S/O کرنل فخر شاہ، ڈیفنس سوسائٹی لاہور کینٹ) کا چار سالہ بیٹا تھا جو چل نہیں سکتا تھا میجر علی عباس نے مجھ سے پوچھا کہ قمر بھائی اس کا کچھ کر سکتے ہو۔

میں نے کہا ''کوشش کرنے میں کیا حرج ہے''۔

میجر علی عباس اپنے بچے کو انگلینڈ اور امریکہ بھی علاج کے لئے لے جا چکا تھا۔ یہ کوئی 1994ء کی بات ہے۔ جب بچے کا علاج کر رہا تھا، تو اس کے سر سے کچھ فاصلے پر ہاتھ رکھ کر توجہ مرکوز (Concertrate) کر رہا تھا، تو مجھے ہاتھ اور بچے کے جسم کے درمیان کوئی دھندسی نظر آئی۔

یہ پہلے بھی چند بار علاج کے سلسلے میں محسوس ہوئی تھی۔

بھابھی (مسز علی عباس) پاس ہی کھڑی تھیں۔

دس پندرہ منٹ کے بعد جب میں علاج سے فارغ ہوا تو میں نے بھابھی سے پوچھا کہ بھابھی آپ کو کچھ نظر آیا تھا۔ بھابھی نے کہا نہیں۔

مجھے حیرت ہوئی پوچھا ''مجھے جو نظر آ رہا تھا آپ کو کیوں نظر نہیں آیا؟''

بھابھی نے پوچھا کس قسم کی چیز تھی۔

میں نے بتایا کہ دھواں یا دھندسی تھی۔

بھابھی کہنے لگیں ''وہ تو مجھے نظر آیا تھا اور جب آپ نے ہاتھ ہٹایا تو وہ غائب ہو گیا تھا۔ لیکن میں سمجھی آپ کسی جن یا بھوت کے نظر آنے کا پوچھ رہے ہیں''۔

خیر میں لاہور سے چکوال آ گیا۔ میجر علی عباس کوئٹہ چلا گیا جہاں وہ اس وقت پوسٹ تھا۔

چھ سات دن کے بعد بچہ ایک صبح خود ہی کھڑا ہو کر چلنے لگ پڑا۔ وہ بالکل صحیح تو نہیں چلتا تھا، مگر بغیر سہارے کے چلتا رہتا تھا۔

ایمسٹرڈیم میں اپنے واقف لوگوں میں جس کو تکلیف ہوتی تھی وہ آ جایا کرتے تھے۔ ان میں سے جو شریف اور اچھے لڑکے ہوتے تھے، ان کو میں تھپکی مارتا تھا اور جو شیطان قسم کے تھے ان کو لات مارا کرتا تھا۔ بفضل خدا وہ سب ٹھیک ہو جایا کرتے تھے۔ 1997ء میں ایک دن گرمی کے موسم میں ایک باریش پاکستانی بزرگ عمر تقریباً 60 سال مجھے ڈھونڈتے ہوئے میرے سٹیشن والی دوکان آ گئے۔

میں اس وقت باہر گلی میں دھوپ سینک کر اندر آیا تھا، صرف نیکر اور اوپر بغیر بازو بنیان پہنی ہوئی تھی۔ ان بزرگوں کو افغانی ملازم لڑکے نے میری طرف اشارہ کر کے بھیج دیا۔ وہ مجھے آ کر کہنے لگے ''میں نے پیر قمر صاحب کو ملنا ہے'' انہیں بیٹھنے کا اشارہ کیا اور پوچھا کہ میں آپ کی کیا خدمت کر سکتا ہوں۔ تو مجھے کہنے لگے کہ مجھے علاج کرانا ہے، جناب پیر قمر صاحب کو اس سلسلے میں ملنا ہے۔ وہ پیر قمر صاحب پر زور دیتے ہوئے بولے۔

میں نے کہا مجھے ہی پیر قمر کہتے ہیں۔

تو وہ بری طرح بدک گئے کہ آپ پیر قمر ہیں۔

ان بزرگوار کے خیال میں پیر قمر کی داڑھی پٹے اور شاید ہاتھ میں تسبیح بھی ہونی چاہئے تھی۔ جب کہ ان کے سامنے درمیانے قد کا ایک صرف نیکر اور بنیان پہنے پہلوان نما شخص بیٹھا تھا جس کے باکسروں کی طرح چھوٹے چھوٹے بال تھے۔

خیر ان بزرگوار کو میں نے کہا کل آ جائیں، صبح کے وقت علاج ہو جائے گا انشاءاللہ۔

لیکن وہ بزرگ دوسرے دن نہ آئے۔ ان کے خیال میں کسی نے ان کے ساتھ سیریس مذاق کیا تھا۔

1997ء میں یہ بھی شروع ہو گیا تھا کہ چھوٹی موٹی تکلیفوں جیسے سر یا کمر درد والے صرف آ کر مجھے تکلیف بتایا کرتے تھے اور کچھ کئے بغیر صحیح ہو جاتے تھے۔

پھر میں جو بھی کام کرنے جاتا تھا وہ ہو جایا کرتا تھا۔ بے شمار عجیب وغریب واقعات اور بھی ہوئے۔ بہر حال یہ بات ضرور ہے کہ لوگ جتنے متاثر ہوں ان پر ہر چیز کا اثر جلدی ہی ہوتا ہے، اسی لیے اصلی پیروں کی طرح کاروباری پیر بھی حلیے میں داڑھی پٹے تسبیح وغیرہ سب سے مسلح

ہوتے ہیں۔

ورنہ عام پاکستانی کے ذہن میں یہ بات نہیں آتی اور نہیں بیٹھ سکتی کہ کوئی پیران چیزوں کے بغیر بھی ہوسکتا ہے۔ یا پھر ان کے پیر کو ہر چیز سے ہی فارغ ہونا چاہیے، یعنی کپڑوں سے بھی، تو وہ اسے مجذوب پیر مان لیں گے۔

صحیح متاثر ہونے والے کے ساتھ عموماً زیادہ عجیب وغریب واقعات اور اس کے سامنے زیادہ کرامات ہوا کرتی ہیں۔ میرے بھی ماننے والوں کے ساتھ عجیب وغریب واقعات عام ہوتے رہتے ہیں۔

اوپر بیان کردہ واقعات لوگوں کی دلچسپی کے اور تجربے کے لیے لکھے ہیں کہ بغیر پیر یا استاد کے سالک پر کیا گزرتی ہے اور ان واقعات کا بتانا ویسے بھی بے ضرر ہے۔ میرے ساتھ روحانیت میں بعد میں اور بھی بہت سے واقعات ہو چکے ہیں، جو عموماً 1997ء کے بعد کے ہیں، مگر ان کا ذکر کرنا بھی مناسب نہیں ہے۔ انشاءاللہ کبھی بعد میں ان پر بات ہوگی۔

میرے خیال میں بہت سے لوگوں کے ساتھ کرامات وغیرہ قسم کی چیزیں ہوتی رہتی ہیں، زیادہ تر لوگ اسے اتفاق وغیرہ سمجھ کر نظر انداز کر جاتے ہیں۔ اس کی بنیادی وجہ ایسی چیزوں کے متعلق عام لوگوں کا یہ یقین ہوتا ہے کہ یہ چیز صرف پیر فقیروں یا چلے وغیرہ کرنے والے کو ہی ملتی ہیں، جب کہ حقیقت میں یہ سب روح کی عام سی صفات ہیں اور صاف دل، نیک اور حوصلے والے بندے کے ساتھ یہ اکثر ہونی چاہئیں۔ ان پر دھیان دینے اور یقین کرنے کی صورت میں ہی ان کی طاقت اور تواتر بڑھتا ہے۔ آپ سب کو بھی چاہیے کہ ان سے ایمپریس (رعب میں آنا یا دب جانا) مت ہوں۔

یہ مرد مسلمان کے لیے معمولی چیزیں ہیں۔ انہیں مانیں تو پھر آپ ان کے لیے دروازہ کھول دیا کرتے ہیں جو پہلے نہ مان کر آپ نے بند رکھا ہوتا ہے۔

❁❁❁❁❁

باب نمبر ۳۵

روحانی علاج

روحانی علاج سے میرا 1987ء سے واسطہ ہے۔ دوسری ایسی چیزیں جو میں پہلے کرتا رہتا تھا جیسے پامسٹری رمل ٹیرٹ کارڈ وغیرہ، ان میں دلچسپی اب بہت کم رہ گئی ہے۔ لیکن روحانی علاج کا تعلق چونکہ باقاعدہ روحانیت کے ساتھ ہے اس لیے اسے جاری رکھا ہوا ہے۔

اس میں مجھے بے شمار تجربات ہوئے، کبھی بے حساب کامیابی ہوتی تھی، کبھی طاقت بہت کم ہو جاتی تھی۔ بہر حال اس میں سمجھنے والی بات یہ ہے کہ یقین کامل اس میں سب سے بڑا مددگار ہوتا ہے اور شک وشبہ اس کا سب سے بڑا دشمن ہے۔ سب سے پہلے تو لوگوں کو یہ بتانا چاہتا ہوں کہ روحانی علاج کیا ہوتا ہے۔ ہمارے جسم میں مدافعتی طاقت قدرتی طور پر پائی جاتی ہے جو کہ کسی بھی بیماری کے جراثیم کے حملہ آور ہونے کی صورت میں انسان کو اس سے بچاتی ہے جب مدافعتی طاقت کسی وجہ سے کم رہ جائے تو پھر انسان کی تکلیف صحیح نہیں ہو پاتی۔

جتنے بھی طریقہ علاج دنیا میں رائج ہیں تقریباً سب کے سب جسم کی اسی مدافعتی طاقت کو بیماری کے خلاف ابھارتے ہیں۔ مریض کے جسم میں موجود مدافعتی طاقت دوبارہ بیدار ہو کر مرض کا مقابلہ کرتی ہے اور اسے ختم کر دیتی ہے۔

چند لوگوں میں یہ طاقت دوسروں کی نسبت زیادہ پائی جاتی ہے اور یہ اس کو دوسرے کم مدافعتی طاقت والے لوگوں میں منتقل کر دیتے ہیں، جس کی وجہ سے کم مدافعت والوں کی طاقت پھر سے پوری ہو جاتی ہے۔ یہ ایسے ہی ہوتا ہے جیسے آپ کسی مقناطیس کے پاس سوئی وغیرہ رکھیں تو سوئی میں بھی مقناطیسیت آجاتی ہے، اس علاج کو اسی وجہ مقناطیسیت سے علاج (Magnetic Healing) بھی کہتے ہیں۔ پاکستان میں عام لوگ روحانی علاج کے ایک ہی طریقے سے واقف ہیں جسے حرف عام میں دم کہا جاتا ہے اور عموماً دم کرنے والے کسی ایک مرض کا ہی علاج کرتے ہیں جیسے کوئی صرف سر درد کا دم کرتا ہے، کوئی صرف تکبیر وغیرہ کا کرتا ہے۔ لیکن دراصل میں یہ ہی لوگ باقی چیزوں کا بھی علاج کر سکتے ہیں اگر وہ ان پر تھوڑی سی توجہ دیں۔ اصل میں جس بیماری کے علاج پر اعتقاد بیٹھ جائے اس کا علاج ہوتا ہے۔ پیغمبروں میں

حضرت عیسیٰؑ اس میں بہت مشہور ہیں، آپ کوڑھیوں اور برص والوں کا خصوصاً اور بھی بھی دوسرے امراض کا علاج بھی کرتے تھے.

رسول پاک ﷺ نے بھی کئی دفعہ لوگوں کا روحانی علاج کیا جس میں سے ایک مشہور واقعہ غزوہ خیبر کے موقع پر حضرت علی کرم اللہ وجہہ کا ہے جن کی آنکھیں دکھ رہی تھیں. رسول پاک ﷺ نے اپنا لعاب دھن ان پر لگایا تو حضرت علیؓ فوراً صحت یاب ہو گئے.

اس کے علاوہ اسلام میں بے شمار اولیائے کرام کے روحانی علاج کے واقعات ملتے ہیں. روحانی علاج نے عیسیٰ مذہب کی تبلیغ میں بڑا کردار ادا کیا. حضرت عیسیٰؑ کے بارہ حواری حضرت عیسیٰؑ کی دعا کی وجہ سے کوڑھیوں اور برص والوں کا بڑی کامیابی سے علاج کیا کرتے تھے. اس کے بعد کئی صدیوں تک چرچ میں روحانی علاج باقاعدگی سے کیا جاتا رہا لیکن سوچنے والی بات یہ ہے کہ ہمارے یہاں عقیدت مندوں اور پیروں کے مریدوں نے اصل واقعات کا بیڑا غرق کر کے رکھ دیا ہے، یہی کچھ بزرگان دین کی کرامات کے ساتھ ہوا ہے. یہ ہو سکتا ہے کہ بزرگان دین اگر کسی کا علاج کرتے ہوں یا کوئی کرامت دکھاتے ہوں تو بہت سی دفعہ یہ ہو جاتا ہے. لیکن یہ بھی ہو سکتا ہے کہ ایک آدھ بار یا کئی بار وہ چیز نہ ہوتی ہو.

لیکن ہمیں صوفیائے کرام کی کتابوں میں سو فیصد نتیجے ہی پڑھنے میں آتے ہیں. اصل تاریخ کہاں گئی ہے. کیونکہ پیغمبروں میں جو صلاحیت اللہ کی عطا کردہ ہوتی ہے، وہ سو فیصد اور ہر حالت میں کام کرتی ہے، جب کہ اولیائے کرام میں یہ چند فیصد کم ہی رہتی ہے، چاہے وہ جتنی بھی ترقی کر جائیں. جناب علی ہجویری المعروف داتا گنج بخش نے بھی ''کشف المحجوب'' میں معجزہ اور کرامت کے فرق میں یہی فرمایا ہے کہ معجزہ ہر دفعہ کام کرتا ہے اور کرامت لازمی نہیں کہ ہر دفعہ کام کرے. اس صدی میں آپ کو پیر مہر علی شاہ صاحب کی زندگی پر لکھی ہوئی کتاب ''مہر منیر'' میں ان کے روحانی علاج کرنے کے واقعات ملتے ہیں. جس میں چند ایک واقعات میں فوری صحت یابی نہیں ہو سکی تھی.

اس طریقہ علاج کے بارے میں ماڈرن یورپ میں پہلا اہم نام Mesmer کا ملتا ہے جو کہ کامیابی کے ساتھ لوگوں کا علاج کرتا رہا. مگر 18 ویں صدی میں جادوگروں وغیرہ میں اس کا شمار کیا گیا اور اسے اپنا ملک فرانس چھوڑ کر سوئزرلینڈ میں جانا پڑا.

اسی طرز علاج کے لوگوں نے بے شمار مختلف طریقے بنا رکھے ہیں ہمارے یہاں لوگ عموماً

مریض کو دم کرتے ہیں، اسے دم کیا ہوا پانی دینے میں یا ایسی ہی کوئی چیز مثلاً نمک وغیرہ دینا، تعویز بنا کر دینا اور بھی بہت سے طریقے استعمال کرتے ہیں. بلکہ کچھ خاص بیماریوں کے کچھ مزار ہیں. اگر وہ بیماری ہو تو پھر مریض کو اس مزار پر لے جایا جاتا ہے اور کچھ نہ کچھ لوگ اس طریقے سے صحت یاب ہو جاتے ہیں. دراصل جس چیز پر مریض کے بجائے اس کو اس مزار پر لے جانے والے رشتے داروں کا اعتقاد زیادہ پکا ہوتا ہے اور کسی قریبی عزیز کا اعتقاد اتنا پکا ہوتا ہے کہ اگر مریض کا یقین نہ بھی ہو تو بھی اسی قریبی عزیز کے یقین اور انرجی کی وجہ سے وہ صحت یاب ہو جاتا ہے.

اس سلسلے میں ایک واقعہ قارئین کے لیے دلچسپی کا سبب ہوگا. میرا چھوٹا بھائی کیپٹن خالد (مکا) فوج میں بھی جھگڑالو مشہور تھا، پھر فوج سے اسی وجہ سے ریٹائرڈ کر دیا گیا. پھر چکوال آیا، وہاں اس کی ریپوٹیشن چکوال کے جگے کی طرح کی تھی،. جھگڑالو اور سخت شیطان مشہور تھا. 1990ء کے قریب ریٹائرڈ ہو کر چکوال آیا. بنیادی طور پر بہت ذہین اور باصلاحیت Telented ہے. میں اسے کچھ نہ کچھ روحانیت کا بتاتا رہا اور کچھ ٹریننگ دیتا رہا. اس دوران کچھ عرصہ وہ کراچی میں رہا، وہاں اس کا اعتقاد عبداللہ شاہ غازی مزار پر بیٹھ گیا. پہلا واقعہ اس طرح ہوا کہ میری کزن آپی شمیم کی سوزکی کار کراچی میں چوری ہو گئی تو آپی نے عبداللہ شاہ غازی میں منت مانگی، کچھ دیگوں وغیرہ کی.

کراچی میں چوری ہوئی گاڑی ملنا محال ہے، لیکن دو ماہ کے بعد وہ گاڑی اچھی خاصی سلامت حالت میں مل گئی. اب خالد کا اعتقاد وہاں پکا ہو گیا. پھر ایک دفعہ خالد کو مسوڑوں کی کوئی تکلیف ہو گئی، ڈاکٹر نے کہا یہ کینسر میں تبدیل ہو سکتی ہے، خالد دربار عبداللہ شاہ غازی پر چلا گیا. وہاں کچھ گلاب کے پھول پڑے دیکھے. خود سے کہنے لگا کہ یہ پھول اس کا علاج کریں گے، اس نے ایک پھول چبا کر کھا لیا. دو دن کے بعد مسوڑے بالکل صحیح ہو چکے تھے، بیماری کا نام و نشان بھی نہیں تھا. پھر خالد نے ایک دو اور منتیں مانگیں جو پوری ہو گئیں. مجھے اس نے بعد میں یہ واقعات بتائے، میں نے کہا یہ تمہاری اپنی انرجی اور یقین کی طاقت ہے جو یہ کام کرتی ہے.

پھر ایک دفعہ گجرات میں سے گزرتے ہوئے کسی دوست نے ایک چھوٹی بچی کا ذکر کیا، کسی لاعلاج قسم کی الرجی کیوجہ سے اس کے ہاتھ کی جلد خراب اور دانوں سے بھری رہتی تھی. خالد نے اپنے دوست سے کہا کہ اگر بچی صحیح ہو گئی تو میں یہاں گجرات میں شاہ دولہ سہروردیؒ کے مزار پر

جھاڑ دوں گا۔ بات آئی گئی ہو گئی۔ کوئی دس بارہ دن بعد خالد کو معلوم ہوا کہ وہ بچی صحت یاب ہو چکی ہے اور اس کا ہاتھ بالکل صحیح ہو چکا ہے۔ جب اس کے صحیح ہونے کی تاریخ مل گئی تو وہی دن نکلا جس دن خالد نے یہ منت مانی تھی۔ پھر خالد کو سمجھایا تو اسے سمجھ آ گئی۔

اب 1998ء کے شروع سے وہ بھی لوگوں کا روحانی علاج کرتا ہے۔ پرانی حرکتوں سے تو یہ تائب ہو چکا ہے۔ اب بہت سی دفعہ فاصلے سے علاج میں کامیاب رہا۔ میں شروع سے اسے سپورٹ کر رہا تھا، لیکن اس کی حرکتوں کی وجہ سے بہت بددعائیں اسے ملتی تھیں جن کا اثر میری روحانیت اور روحانی علاج پر پڑتا رہتا تھا اور نقصان ہوتا رہتا تھا، کیونکہ ابھی میں پختہ نہیں ہوا تھا۔ شروع روحانیت میں سالکوں کو ایسی سب چیزوں کی احتیاط کرنی چاہئے کہ کوئی بھی غلط آدمی اپنے حلقہ میں نہ لیا کریں۔ اگر آپ کو مزاروں سے فائدہ ہوتا ہے تو ضرور اٹھائیں۔ وہاں صدیوں سے قرآن خوانی ہو رہی ہوتی ہے بے شمار عجیب و غریب قسم کا یقین رکھنے والوں نے وہاں دعائیں مانگی ہوتی ہیں، ان کا اثر بھی موجود ہوتا ہے۔ میں سمجھتا ہوں کہ انسان خود تو مر جاتا ہے، لیکن اس کی مانگی ہوئی دعا کا اثر ہو سکتا ہے صدیوں باقی رہے۔ اگر مزار والے نے کوئی ایسی دعا مانگی ہے تو پھر لوگوں کو فیض ملتا ہی رہے گا (پہلے Observe اور منعکس ہونے کے باب میں اس کا ذکر ہو چکا ہے)۔

عام لوگوں کا وہاں سلام کرنے جانا سمجھ میں نہیں آتا۔ روحانیت والوں کو داتا صاحب وغیرہ میں اس لیے بھی سکون ملتا ہے کہ وہاں ہر وقت روحانی و نیم روحانی لوگ جمع رہتے ہیں اور عبادت کرتے رہتے ہیں۔ اچھی ہی قسم کی لہریں اور انرجی روحانی انسان کو وہاں ملتی ہے جو باعث سکون ہوتی ہے، جو کہ بذات خود روحانیت میں اضافے کا سبب بنتی ہے۔ بہر حال میرے لکھنے کا مقصد آپ کے اعتقاد کو کمزور کرنا نہیں۔ لیکن بہتر ہے کہ شریعت کے اندر ہی رہیں۔ یاد رکھیں اللہ ہر گھر میں موجود ہے اور سن بھی لیتا ہے۔

روحانی علاج کا جو طریقہ میں بڑا عرصہ استعمال کرتا رہا ہوں اسے Magnetic Healing کہتے ہیں اس میں آپ نے مریض کے جسم کے تکلیف زدہ حصے سے دو تین انچ کے فاصلے پر ہاتھ رکھنا ہوتا ہے۔ اس میں آپ سب سے پہلے وہاں سے ہاتھ ہٹا کر تین چار دفعہ سائیڈ پر کر کے ہلائیں اور جھاڑیں، پھر واپس تکلیف زدہ حصے کے سامنے لے جائیں اور چند منٹ وہاں پر رکھیں۔ اس کا ردعمل مریض پر بھی ہوتا ہے، عموماً اسے اس بیمار زدہ حصے میں گرمی محسوس ہوتی ہے۔

کبھی کبھی ٹھنڈک بھی محسوس ہوتی ہے۔ سب سے زیادہ طاقتور ردعمل میں مریض کو اس حصے میں چیونٹیاں سی چلتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ معالج کو خود بھی اپنے ہاتھ میں گرمی محسوس ہوتی ہے، بلکہ کبھی کبھی شدید درد بھی ہوتا ہے۔ اگر مریض کو یا معالج کو کچھ ردعمل محسوس ہو تو اس کا مطلب ہے کہ توانائی تکلیف زدہ حصے میں جاری ہے۔ یہ عمل عموماً تقریباً دس منٹ جاری رہتا ہے۔ کم بیماری یا معمولی تکالیف کی صورت میں جلدی ختم ہو جاتا ہے جب کہ زیادہ بیماری کی صورت میں زیادہ دیر جاری رہتا ہے۔ جب معالج کے ہاتھوں میں کوئی ردعمل محسوس ہونا بند ہو جائے تو اسے علاج ختم کر دینا چاہئے۔ کئی لوگ اپنے مریض کا اسی طرح تین چار بار ہفتے ہفتے یا چند دن کے وقفے کے بعد علاج کرتے ہیں، خود میں ایک ہی بار کرتا ہوں۔ معالج کو چاہیے کہ علاج کرنے کے بعد اپنے ہاتھوں کو کہنیوں تک دھو لے، جس میں ٹھنڈا پانی استعمال کرنا بہتر ہوتا ہے۔ زیادہ علاج کرنے کی صورت میں اس کے بعد وضو کر لینا بہت بہتر ہوتا ہے، کیونکہ بہت سے لوگوں کے ہاتھوں سے ہی نہیں بلکہ آنکھوں، چہرے اور پاؤں سے بھی توانائی نکلتی رہتی ہے۔

برسوں کے تجربوں کے بعد مجھے اس کا پتہ چلا اور اس طرح مجھے وضو کی اہمیت کا بھی پتہ چلا۔ بہت سے لوگ ایسے ہیں جن کا ہر وقت کسی بیمار کے پاس بیٹھنا صحیح نہیں، کیونکہ خود ان پر یہ اثر ہو جاتا ہے۔ انہیں چاہئے کہ بیمار کے پاس اٹھنے کے بعد ہاتھ دھو لیا کریں۔ بیمار پر اس علاج کا اثر ایک منٹ کے اندر سے لے کر ایک ماہ کے اندر کسی وقت بھی ہو سکتا ہے، یہ لازمی نہیں کہ اسی دن ہو۔ روحانی علاج ہم میں سے بہت سے لوگ کر سکتے ہیں، خصوصاً اگر آپ نماز وغیرہ پڑھتے ہیں اور کوئی ذکر کرتے رہیں تو اور بہتر ہوتا ہے۔

ذکر وغیرہ سے یہ توانائی زیادہ ہوتی جاتی ہے، پھر جو توانائی آپ لوگوں کو علاج کی صورت میں دے دیتے ہیں اس کی کمی پوری ہوتی رہتی ہے۔ عبادت و اذکار کے فوائد میں سے ایک بڑا فائدہ یہ بھی ہوتا ہے اور یہ اذکار خود آپ کو بھی جسمانی توانائی دیتے ہیں۔ آپ بغیر نماز یا ذکر کر کے بھی روحانی علاج کر سکتے ہیں۔ لیکن زیادہ ترقی نہ ہوگی۔ میں خود 1987ء سے 1991ء تک اسی طرح کرتا رہا۔

جب آپ روحانی علاج میں ماہر ہو جاتے ہیں تو پھر آپ کسی کو صرف چھو کر ہی صحیح کر سکتے ہیں، صرف شروع میں آپ کو کچھ وقت لگانا پڑتا ہے۔ شروع میں خود میں جس کا علاج کر رہا ہوتا تھا، اس پر مریض کو اپنے بیمار اعضاء میں گرمی اور لہریں سی محسوس ہوتی تھیں، جو چند برس کے

تجربات کے بعد کم ہو گئیں. شاید یہ بھی مجھے یقین دلوانے کا قدرت کا ایک طریقہ تھا.

اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کون شخص روحانی علاج کر سکتا ہے. تو اس کا جواب یہ ہے کہ ہر صحت مند آدمی اس کو ٹرائی کرے، تجربے کے بعد آپ کو مریض کی کیفیت اگلے دو تین ہفتوں کے اندر معلوم کر کے اپنی کامیابی یا ناکامی کا علم ہوتا رہے گا. سب لوگوں میں کوئی بیس فیصد لوگ اسے کر سکتے ہیں، اور پانچ فیصد اسے زیادہ بہتر طریقے سے کر سکتے ہیں. لیکن اگر خود آپ کو کوئی تکلیف ہو تو پھر اسی بیماری میں مبتلا کسی مریض کا علاج بالکل نہ کریں، ورنہ خود آپ کی بیماری بڑھ جائے گی. مثلاً اگر کسی کو سر درد ہے تو وہ سر درد والے مریض کا علاج نہ کرے. اسی طرح خود جوڑوں کے درد والا مریض جوڑوں کے درد والے کا علاج نہ کرے.

صحت مند آدمی ہر ایک مریض کا علاج کر سکتا ہے. یورپ میں آج کل جاپان کا روحانی قسم کا علاج جسے رائیکی Reki کہتے ہیں، یورپ میں خاصہ مشہور ہے. اس میں تکلیف زدہ حصے کا اپنے ہاتھوں سے مساج کیا جاتا ہے. رائیکی بے شمار کتابیں بھی لکھی جا چکی ہیں جن میں سے کچھ میں نے بھی پڑھی ہیں، لیکن کسی لکھنے والے یا سکھانے والے نے یہ نقطہ نہیں سمجھایا کہ خود مریض کو اسی مرض والے کا علاج نہیں کرنا چاہئے. بلکہ کسی کا بھی علاج نہیں کرنا چاہئے اگر اس کی اپنی بیماری پرانی یا سیریس ہے. خود میں نے کئی Reki کرنے والوں کی اس مسئلے سے خلاصی کرائی اور ان سے یہ مشق چھڑوا دی، کیونکہ وہ خود زیادہ سے زیادہ بیمار ہوتے جا رہے تھے.

پامسٹری کے باب میں چھوٹی انگلی کے نیچے موجود روحانی علاج کے نشان اس صلاحیت کی واضح نشاندہی کرتے ہیں، آپ آگے ان کو علوم کے باب میں دیکھیں. یہ نشانات ہاتھ پر جتنے بڑے واضح اور گہرے ہوں صلاحیت اتنی ہی زیادہ ہوتی ہے.

علاج میں یہ کوشش کریں کہ علاج کے بعد ان کو ساتھ لے جانے کیلئے کھانے پینے کی کسی چیز (مثلاً نمک، چینی یا سادہ پانی) پر دم کر کے دیں، جو وہ دو تین ہفتے کھاتے رہیں. کیونکہ بہت سے لوگ مادی قسم کی سوچ رکھتے ہیں، وہ اگر کوئی چیز دیکھ نہ لیں تو ان کا اعتبار نہیں بیٹھتا، اس میں سے آپ کا اپنا اعتبار جس طریقے پر بیٹھ گیا وہی طریقہ بہتر ثابت ہوگا. کیونکہ آپ کے اعتماد کی ہی بہر حال سب سے زیادہ اہمیت ہے. لوگوں کی تھوڑی سی پریڈ کروائیں تو وہ جلدی صحیح ہوتے ہیں. یعنی اگر انہیں کوئی جدوجہد کرنی پڑے تو پھر ان کا خیال ہوتا ہے کہ یہ طریقہ صحیح ہے، یہ ایسے ہی ہے جیسے بہت سے ڈاکٹر ایک چھوٹی سی گولی جو کہ علاج کے لیے کافی ہوتی ہے کے بجائے چار

پانچ قسم کی گولیاں، دوائیاں خواہ مخواہ لکھ دیتے ہیں، کیونکہ چھوٹی سی گولی سے مریض کا یقین پکا نہیں ہوتا.

بہر حال عقل مند کے لیے اشارہ کافی ہے. لوگوں کو تعویذ وغیرہ مل جائے تو انہیں کچھ پاس ہونے کا سہارا ہوتا ہے اور انسان حوصلے میں رہتا ہے. تمام لوگوں کا یہی خیال ہے کہ بغیر جدوجہد کئے یا خرچہ کئے کوئی چیز نہیں ملتی، جو کہ بہت حد تک غلط ہے. روحانی چیزوں میں خصوصاً روحانی علاج میں آپ کو ہدایت ہے کہ لالچی نہ بنیں ورنہ آپ کی ترقی نہ ہوگی. اس میں اگر آپ کی نیت صحیح ہے تو کچھ عرصے کے بعد روحانی طاقتیں مدد کو آ جاتی ہیں، مجھے یہ چیز کافی عرصے کے بعد عملی طور پر پتہ چلی.

اگر آپ اپنی ہی انرجی کے ساتھ علاج کرتے ہیں تو پھر بھی یہ طاقت کافی ہوتی ہے لیکن اگر آپ اللہ کے ساتھ مل کر کسی کا علاج کریں تو طاقت بے حساب بڑھ جاتی ہے، اس پر غور کریں. اگر آپ روحانی علاج کر رہے ہیں تو اس کو اہم سمجھیں. اگر آپ اپنے شغل یا کام کو اہم نہیں سمجھتے تو پھر آپ کے آس پاس کے لوگ اور مریض بھی اس کو اہم نہیں سمجھیں گے. یہ نکتہ کسی بھی کام یا شغل میں بہت اہمیت رکھتا ہے. اپنے شغل کو لوگوں کی مدد، خدمت اور اپنی عبادت سمجھ کر کریں، پھر انشاء اللہ بہت جلد ترقی ہوگی. کسی بھی کام کو اپنے اندر سے (دل سے) لوگوں کی بھلائی مان لینا اس کام میں کامیابی کی سب سے یقینی صورت بن جاتی ہے.

صوفیاء کی تاریخ میں ایسے واقعے بھی موجود ہیں جن میں انہوں نے مردے بھی زندہ کئے تھے. اس کی یہی توجیح کی جاتی ہے کہ کچھ لوگوں میں فالتو روح بھی ہوتی ہے (یا ان کی روح کا ایک حصہ ہوتا ہے) جو وہ مردے میں ڈال دیتے ہیں. دراصل انسان بڑی ہی عجیب شے ہے.

روحانی علاج کا ایک بڑا اور اہم طریقہ اکٹھے مریضوں کا ایک وقت میں علاج کرنا ہے. یہ روحانی علاج کی زیادہ بڑی صورت ہے، گو ہر روحانی معالج اس کو نہیں کر سکتا. اس میں زیادہ روحانی توانائی ضرورت ہوتی ہے. میں خود شروع میں ایک وقت میں ایک مریض کا علاج کرتا تھا. جس مریض کا علاج ہو رہا ہوتا تھا اسے تکلیف زدہ حصے میں علاج کے وقت گرمی اور لہریں سی محسوس ہوتی تھیں. پھر ایسا ہوا کہ پاس بیٹھنے والے ایک دو لوگوں نے (جنہیں کوئی تکلیف تھی) بھی اپنے جسم میں لہریں محسوس کیں. جس کے بعد میں کمرے میں بیٹھے تین چار افراد کا اکٹھے علاج کرنے لگ پڑا. ایک دفعہ چکوال میں چھ مریضوں کا اکٹھے علاج کیا. ان میں سے تین سے

دوبارہ ملنے کا اتفاق ہوا، تینوں بفضل خدا صحیح ہو چکے تھے۔ دراصل انسان خود کو مثبت سوچ کی طاقت دے کر اپنی صلاحیتیں اسی طرح بڑھا سکتا ہے۔ پھر ہالینڈ میں 1997ء کے آخر میں مختلف شہروں میں ہونے والے روحانی میلوں Paranorrhal beaurs میں مجھے زیادہ لوگوں کا ایک ساتھ علاج کرنے کا موقع ملا۔ یہاں پر ایک دفعہ میں 80 تک لوگوں کا علاج کیا۔ ان میں ہر آدمی بیمار نہیں ہوتا تھا، لیکن کافی تعداد بیماروں کی ہوتی تھی۔ باقی لوگ تجسس کیلئے اور روحانی لیکچر سننے کے لیے آ جاتے تھے۔

میں نے کوئی دس دفعہ ایسے میلوں میں ہال میں بیٹھے لوگوں کا علاج کیا۔ ہر دفعہ لوگوں سے پوچھا کہ کیا انہیں تکلیف زدہ حصے میں کوئی گرمی اور لہریں وغیرہ محسوس ہوتی ہیں۔ 90 فیصد سے زیادہ مریضوں نے ان لہروں کا محسوس کیا اور کچھ لوگوں نے فوری افاقے کا بھی بتایا (میرے نزدیک فوری افاقے کی کوئی اہمیت نہیں، مستقل افاقہ کوئی ماہ ڈیڑھ ماہ میں معلوم ہوتا ہے)۔

دلچسپ بات یہ ہے کہ ہالینڈ میں لوگ ان روحانی علاج وغیرہ پر کم ہی یقین رکھتے ہیں اور ایسا کرنے کو توہمات میں گنتے ہیں۔ پہلے بھی ان میں سینکڑوں لوگوں کو ہالینڈ کی مشہور روحانی معالج یومانڈا Jomanda کے ساتھ ہال میں اکٹھے علاج میں شریک ہونے کا موقع ملا تھا مگر ان کو وہاں کوئی گرمی یا لہریں محسوس نہیں ہوئی تھیں، یا ایک آدھ کو وہاں یہ محسوس ہوا تو بہت معمولی اور غیر محسوس سا تھا۔ لیکن یہاں پر ان کو واضح یہ چیزیں محسوس ہوئیں۔ مجھے یہ پہلے سے بھی علم تھا کہ میں بفضل خدا ہالینڈ کے سب روحانی معالجوں سے بہت آگے ہوں (گو روحانی علاج یومانڈا بہت بڑے ہال میں اکٹھے تین چار ہزار لوگوں کا علاج کرتی ہے) میں اپنی کاروباری مصروفیات اور دوسرے ''جھنجھٹوں'' کی وجہ سے یہ جاری نہ رکھ سکا۔ گو میرا مقصد بھی صرف تجربہ کرنا اور صحیح طریقہ دریافت کرنا تھا جو میں نے کچھ تجربات کے بعد کر لیا۔ شروع میں کچھ غلطیاں بھی ہوئیں، ایک بار ایسا بھی ہوا کہ ہال میں موجود آدھے لوگوں نے الٹا تھکن اور کمزوری کی شکایت بھی کی۔ ایک عورت الٹا بے ہوش بھی ہوگئی۔ عجیب عجیب تماشے ہوتے تھے۔ آخر میں میں لوگوں سے ان کے محسوسات اور تجربات پوچھتا تھا۔

بہت سے لوگوں کو عجیب وغریب روحانی تجربات اس دوران ہوتے تھے۔ یہ چھوٹے ہال ہوتے تھے جہاں علاج کیا جاتا تھا، عام گنجائش سو سے کم لوگوں کی ہوتی تھی۔ سب کے سب کوئی آٹھ یا دس کرسیوں کی ایک لائن بنا کر بیٹھتے تھے، ان میں آخری پچھلی قطار کا ہم سے فاصلہ کوئی

پندرہ میٹر ہوتا ہوگا۔ میں لوگوں کو شروع میں روحانی علاج کے اصول، روحانیت اور مثبت سوچ پر لیکچر دیا کرتا تھا۔ پھر کوئی آدھے گھنٹے کے بعد علاج ہوتا تھا جس میں لوگوں کو آنکھیں بند کر کے کوئی دس منٹ تک خاموش بیٹھنا ہوتا تھا۔ خود میں اس دوران سورۃ فاتحہ یا دوسرے علاج کی دعا پڑھتا رہتا تھا۔ اس میں غالباً آخری میلے میں جب علاج ختم کر چکا تھا تو دو عورتیں پچھلی قطاروں میں سے اٹھ کر آ گئیں۔ ایک مجھے کہنے لگی "جب میں نے آنکھیں بند کیں تو تھوڑی دیر کے بعد ایسے لگا کہ تم میرے پاس کھڑے ہو اور مجھے توانائی دیتے جا رہے ہو جو کہ خاصی طاقتور قسم کی تھی۔ پھر میں نے آنکھیں کھولیں تاکہ تمہیں دیکھوں کہ کیا کر رہے ہو تو تم سٹیج پر اپنی پرانی جگہ ہی کھڑے تھے اور ہمارے درمیان کوئی دس میٹر فاصلہ ہوگا"۔ پھر اس سے پچھلی قطار میں بیٹھنے والی عورت بولی کہ اس نے بھی یہی بات اسی طرح محسوس کی تھی اور آنکھیں آدھی کھولنے پر معلوم ہوا کہ میں پاس نہیں بلکہ سٹیج پر ہی کھڑا تھا۔ یہ دونوں عورتیں آپس میں ناواقف تھیں، اور ان دونوں کے درمیان بھی کوئی چار میٹر کا فاصلہ ہوگا۔

اس دن یہ واضح معلوم ہوا کہ انسان کا اندرونی جسم کس طرح ایک وقت میں زیادہ کام کر سکتا ہے یا انسان کا روحانی جسم کیسے تقسیم (Split) ہوتا ہے، گو یہ تجربہ کم ہی لوگوں کو ہوتا ہے۔ کیونکہ اس میں زیادہ طاقت اور یقین کی ضرورت ہوتی ہے، میں چاہوں تو اسی چیز کو کسی بھی صورت میں پیش کر سکتا ہوں۔ اگر میرا مقصد ڈبہ پیری ہی ہو تو میں انہیں کسی رویا کسی پیغمبر کے ان پر آنے کو متاثر کروں۔ چونکہ یہ میلے ہر ہفتے مختلف شہروں میں ہوتے تھے اس لئے مجھے مریضوں کے علاج کی مکمل تفصیل نہ پتہ چل سکی مگر پچھلے تجربات میں تھا کہ آدھے سے زیادہ لوگوں کو افاقہ ہو جاتا ہے، اور یہاں پر میرا مقصد صرف تجربات کرنا ہی تھا۔ جو کہ بہت کامیاب رہے تھے۔

خود میں بعد میں ہزاروں لوگوں کا ایک وقت میں بڑے بڑے ہالوں میں علاج کا پروگرام بنا رہا تھا۔ جو کہ اب یقین ہو چکا تھا کہ کامیاب رہے گا۔ اگر یہی چیز پاکستان میں کی جائے تو اس کے نتائج کئی گنا زیادہ نکلتے ہیں کیونکہ ہمارے لوگوں میں یقین (اعتقاد) گوروں سے زیادہ اور مختلف ہوتا ہے۔ اگر ان کے سامنے کوئی ڈبہ پیر بھی آ کر یہ ڈرامہ کرے تو بہت سے مریض اپنے اعتقاد کی وجہ سے تندرست ہو جائیں گے۔ گوروں میں یہ اعتقاد نہیں ہوتا یا بالکل کم ہوتا ہے اور پاکستان میں پیر کی شخصیت سے متاثر ہونا اس چیز کو مزید بڑھا سکتا ہے۔

یقین واعتقاد کا انسان پر عجیب وغریب اثر ہوا کرتا ہے۔ عہد نامہ جدید (بائبل) میں حضرت

عیسیٰ نے فرمایا میں تمہارے گھر والوں کو یہ کردوں گا۔وہ شخص کہنے لگا'' آپ یہاں سے ہی ایک لفظ بولیں، وہ گھر میں ہی لازمی صحت یاب ہوجائے گا۔ میں اپنے ملازم کو جو حکم دوں وہ اس کی لازمی تکمیل کرتا ہے۔آپ پیغمبر ہیں، آپ یہاں سے ہی کہہ دیں، وہ گھر میں ہی ٹھیک ہوجائے گا''۔حضرت عیسیٰ اس کی بات سن کر بڑے خوش ہوئے۔اپنے ساتھیوں کو کہنے لگے'' ایسی بڑی فیتھ تو میں نے یروشلم میں بھی نہیں دیکھی۔اور اس آدمی سے کہا'' اپنے گھر چلے جاؤ تمہارا ملازم ٹھیک ہوگیا۔اسی طرح لاعلاج بیماری میں بارہ دس سال سے مبتلا ایک عورت نے حضرت عیسیٰ کے لباس کو چھوا اور خود سے کہنے لگی'' اگر میں صرف ان کا لباس چھولوں گی تو میں صحت یاب ہوجاؤں گی''۔حضرت عیسیٰ مڑے اور اس سے کہنے لگے'' بیٹی خوش ہو جاؤ کہ تمہارے فیتھ (اعتقاد) نے تمہیں صحت یاب کردیا ہے'' اور وہ عورت شفا پاگئی۔

اسی طرح ایک دفعہ دو اندھے ان کے پاس پہنچ کر اپنے علاج کی درخواست کرنے لگے۔ حضرت عیسیٰ انکے گھر میں گئے اور اندھوں سے پوچھا'' کیا تمہیں یقین ہے کہ میں یہ کرسکتا ہوں''؟ اندھوں نے جواب دیا'' جی ہاں''۔پھر حضرت عیسیٰ نے ان کی آنکھوں کو چھوا اور کہنے لگے'' کہ تمہارے یقین کے مطابق ہی تمہارے ساتھ ایسے ہونا چاہیے''۔اور وہ اندھے دیکھنے لگ پڑے (یہ عہدنامہ جدید کے میتھیو، باب نمبر9 میں بیان شدہ واقعات ہیں)

ہمارے یقین کا اثر بیماریوں پر جس طرح ہوتا ہے، اسی طرح ہماری قسمت اور حالات پر بھی ہوتا ہے، بات صرف مکمل یقین کی ہوتی ہے۔حضرت عیسیٰ جب اپنے پیدائشی علاقے میں آئے تو وہاں کے لوگ کہنے لگے۔

"Where did this man get this widom and these mighty works? Is this not the carpenter's son? It is not his mother called MARY? and his brothers, james joses, Simon and judas? And his sister, are they not all with us? Where did this man get all his thing? So they were offended at him. But juses to them "A Prophet is not without honour except in his own country, and in his own house".

Now he did not do many mighty works there because of their unbelief. Matthew 13 (54 till 58)

ترجمہ: اس شخص نے کہاں سے یہ دانائی اور کرامات حاصل کی ہیں۔کیا یہ ایک

روحانیت، دانش اور حقیقتیں (باب ۳۵)

بڑھئی کا بیٹا نہیں اور کیا اسکی ماں کا نام مریم نہیں اور اس کے بھائی ''جیمز'' جوسس، سائمن اور جوڑا اور اس کی بہنیں کیا ہمارے ساتھ نہیں ہیں۔ یہ کہاں ان کرامات کا حامل ہوسکتا ہے۔ چنانچہ وہ اس حضرت عیسیٰ'' نے وہاں زیادہ کرامات نہیں دکھائیں کیونکہ ان لوگوں کو ان پر یقین نہیں تھا۔

خود آپ کے پاس علاج کے لئے آنے والے کا اگر آپ پر پکا اعتقاد بیٹھ گیا تو وہ ہر بیماری سے صحت یاب ہوجائے گا۔کچھ لوگوں نے بائبل کی تشریح میں یہ بھی بتایا کہ حضرت عیسیٰ اپنے اسی آبائی علاقے میں مریضوں کا علاج کرنے اور کرامات دکھانے میں ناکام رہے تھے، جس کی وجہ آپ نے ان لوگوں کا اعتقاد (Faith) نہ ہونا بتائی تھی۔صحت، شعور اور لاشعور کے باب میں حضرت خالد بن ولیدؓ کے واقعے سے بھی آپ کو یہ معلوم ہوسکتا ہے کہ انسان کس طرح یقین کی مدد سے خود کو صحت یاب کرسکتا ہے۔



باب نمبر ۳۶

کچھ اِدھر اُدھر کی باتیں

کچھ ایسی باتیں ہوتی ہیں جو روحانیت میں نہیں آتیں اور سائیکالوجی اور فلاسفی سے بھی باہر ہیں. ان میں سے کچھ سیدھے سادھے مسائل ہیں جن سے انسان کو عام زندگی میں واسطہ پڑتا ہے. میں چونکہ عمر عزیز کا خاصا حصہ ملک سے باہر گزار چکا ہوں اس لیے یہاں پر پاکستانیوں کے حالات اور مسائل دیکھنے کا موقع ملا، کچھ بات ان پر بھی ہوتی چلے.

پہلی بات جو پاکستانیوں میں ہے وہ اپنی مٹی سے محبت ہے. یہاں مغربی ملکوں میں رہنے والے نوے فیصد سے زیادہ پاکستانی واپس جانا چاہتے ہیں، لیکن یہاں رہ کر پھر پاکستان میں دوبارہ پہلے کی طرح رہنا ممکن نہیں. جب وہ یہاں نہیں آئے تھے تو پاکستان میں ہنسی خوشی گزارا کرتے تھے. اب یہاں کی مادی آسانیاں اور آسائشیں دیکھنے کے بعد پاکستان میں پہلے کی طرح رہنا آسان نہیں لیکن مغربی ملکوں میں رہنے کے اپنے بہت سے مسائل ہیں. یہاں یہ بھی دیکھا کہ یہاں کے لوگ کل کی فکر بھی کرتے ہیں اور آج سے بھی لطف اندوز ہوتے ہیں. دوسری طرف افریقہ اور جنوبی امریکہ کے لوگ ہیں جو کل کی کوئی فکر کم ہی کرتے ہیں اور آج ہی سب کچھ موج میلہ کر لیتے ہیں اور ہمارے ملکوں کے لوگ ہیں کہ کل کی فکر میں مرے جاتے ہیں اور اسی چکر میں آج کو ذبح کئے چلے جاتے ہیں، کل جو کبھی نہیں آیا کرتا.

مغربی باشندوں کا آج سے لطف اندوز ہونا انہیں آنے والے کل کے لیے توانائی بھی دیتا ہے. ہم پاکستانی یا تو ماضی میں رہتے ہیں یا مستقبل میں. اس میں کئی طرح کی چیزیں ہمیں اپنے بزرگوں سے (کلچر میں اچھی یا بری) وارثت میں ملی ہیں. لیکن اب ایسا وقت ہے کہ ہم آنکھیں کھولیں اور دیکھیں کہ کہاں پر کھڑے ہیں اور کس طرف جا رہے ہیں اور کس لیے جا رہے ہیں.

یہاں پر بچوں کے مستقبل کے بارے میں ہر پاکستانی فکر مند رہتا ہے کیونکہ بچے یہاں کے سکولوں میں پڑھ رہے ہوتے ہیں اور یہاں کی تعلیم و تربیت کا ان پر لازمی اثر ہوتا ہے. خصوصاً بچیوں کے معاملے میں لوگ زیادہ فکر مند رہتے ہیں اور یہ خاصا سنجیدہ مسئلہ ہوتا ہے. پھر یہاں پر رہنے والوں کو اچھے دوستوں کی کمپنی ملنی بھی بہت مشکل ہے. ہر آدمی اپنی قسم کے لوگوں میں رہنا

پسند کرتا ہے، اپنی طرح کے خیالات والوں میں۔ یہاں رہنے والے گوروں سے کھل مل نہیں سکتے۔ اپنے ملک کے لوگ چونکہ بہت کم ہوتے ہیں، اس لیے اپنی پسند کے لوگ نہیں ملتے۔ جب کہ پاکستان رہنے میں یہ مسئلہ نہیں ہوتا۔ 35 سال سے زیادہ عمر کے لوگوں کو یہ بات بہت زیادہ محسوس ہوتی ہے۔ ان ملکوں کے باشندوں کا تعصب اس کے علاوہ ہے، لیکن اب یہ غیر محسوس طور پر کم ہوتا جا رہا ہے۔ اس کی بڑی وجہ مختلف قوموں کے باشندوں کی آپس میں شادیاں اور عام لوگوں کا ذہنی اور تعلیمی معیار بہتر ہونا بھی ہے۔ ویسے بھی جو یہ یقین کرنے لگ پڑے کہ مغربی ملکوں یا اس کے رہنے کے ملک کے باشندے متعصب ہیں تو پھر اسے ہر طرف تعصب ہی نظر آئے گا جوان کو متعصب نہیں سمجھتا اسے ایسا محسوس نہیں ہوتا۔

بہر حال نتیجہ یہ ہے کہ مغربی ملکوں میں رہ کر آپ کی مالی پریشانی ختم ہو جاتی ہے لیکن نوے فیصد مسائل کھڑے ہو جاتے ہیں۔ جب کہ پاکستان میں رہنے والوں کا اگر مالی مسائل حل ہو جائے تو نوے فیصد مسائل ختم ہو جاتے ہیں۔ اپنی قسم کے لوگوں میں رہ کر ہی ہر انسان خود کو آسودہ (Relaxed) محسوس کرتا ہے اسی وجہ سے اکثر لوگ واپس اپنے ملک جانا چاہتے ہیں، مگر اکثر کو یہ وجہ بھی معلوم نہیں۔ پھر بہت سے لوگ اب بھی اپنا وطن چھوڑ کر یہاں آتے ہیں اور یہاں غیر قانونی طور پر مقیم رہ کر کام کاج کرتے ہیں اور پھر یہاں پر قانونی طور پر رہنے کی اجازت کی کوشش کرتے ہیں، جس کا عام طور پر صرف ایک ہی طریقہ ہے، وہ ہے شادی اور شادی کرنے کے یہاں دو طریقے ہیں کچھ لوگ تو کسی عورت کو دیکھ کر کاغذی شادی Paper Marriage کر لیتے ہیں جو کم از کم تین سال جاری رہنی چاہئے۔ آدھے کے قریب لوگوں کی یہ کاغذی شادیاں پار نہیں چڑھتیں۔ عموماً شادی کرنے والی عورت یا کرانے والا ایجنٹ پیسے لے کر بھاگ جاتا ہے یا کوئی شکایت وغیرہ کر دیتا ہے۔

دوسرا طریقہ خود شادی کرنا ہے جو کہ ہمارے پاکستانیوں کے لیے جیسے ہمالیہ پر چڑھنے جتنا مشکل ہے۔ اس کی وجہ بنیادی طور پر تو یہ ہے کہ یہاں پر لو میرج کا ہی رواج ہے، ارینج میرج نہیں ہوتی۔ پاکستان میں شاید ہی کسی کو فیملی سے باہر کسی غیر لڑکی سے ملنے یا بات چیت کرنے کا اتفاق ہوا ہو۔ اس لیے ایسے موقعوں پر ان کے ہاتھ پاؤں پھول جاتے ہیں۔ یہ میں اچھے خاصے پڑھے لکھے ماڈرن شہروں کے رہنے والے نوجوان کی بات کر رہا ہوں، دیہات میں رہنے والے تو بہت دور کی بات ہیں۔ جو لوگ یہاں پڑھ کر جوان ہوتے ہیں ان کو یہ مسئلہ کم ہوتا ہے

چاہے وہ کسی بھی ملک سے تعلق رکھتے ہوں، کیونکہ سکولوں میں کو ایجوکیشن کی وجہ سے لڑکیوں سے ملنے کا موقع ملتا رہتا ہے اور لڑکے اس بارے میں کچھ نہ کچھ سیکھ جاتے ہیں۔

مگر ہمارے لوگوں کو عورتوں کے بارے میں کوئی تجربہ، کوئی معلومات نہیں ہوتی اور ان کا اس بارے میں اعتماد نہیں ہوتا۔ اسی وجہ سے پاکستانی (بلکہ سارے پاک و ہند کے لوگ) کسی بالکل بدصورت یا بہت بڑی عمر کی (ریٹائرڈ) عورت کے ساتھ شادی کر لیتے ہیں تا کہ یہاں رہنے کا اجازت نامہ مل جائے۔ ان میں سے زیادہ تر کی نیت اصلی شادی کی نہیں ہوتی۔ لیکن جو لوگ اصلی شادی بھی کرتے ہیں، وہ بھی تجربہ نہ ہونے کی وجہ سے کسی گئی گزری عورت سے شادی کر لیتے ہیں، حالانکہ پاکستانی نوجوان دیکھنے میں اور جسمانی طور پر یہاں کے باشندوں سے زیادہ خوبصورت اور پرکشش ہوتے ہیں، مگر خود اعتماد نہ ہونے کیوجہ سے مار کھا جاتے ہیں۔ اگر کسی میں اعتماد ہے تو بالکل معمولی شکل وصورت کا آدمی یہاں کی بہترین لڑکی سے شادی کر سکتا ہے۔ اس موضوع پر میرے ایک دوست ''کیدو'' کے تجربات کا نچوڑ قارئین کے پیش خدمت ہے۔

یہاں کی لڑکیاں لڑکوں کی باتیں کم سنتی ہیں ان کی حرکات سکنات زیادہ دیکھتی ہیں۔ اگر لڑکا گھبرایا ہوا ہو تو پھر اس کا کوئی چانس نہیں۔ چونکہ ہمارے لڑکوں کے دلوں میں چور ہوتا ہے، اس لیے گھبرائے ہوئے Nervous ہوتے ہیں۔ اگر بغیر گھبرائے، ریلیکس رہ کر خود اعتمادی کے ساتھ ان سے بات چیت کی جائے تو بالکل کوئی مسئلہ نہیں ہوتا۔ پھر لڑکیوں کے مسئلے میں ایک عجیب بات یہ ہوتی ہے کہ اگر آپ کے ذہن میں یہ بیٹھ گیا کہ ان لڑکیوں کو غیر ملکی پسند نہیں تو پھر آپ کو ایسی ہی لڑکیاں ملیں گی۔ اسی طرح جو بات بھی آپ کے دل اور یقین میں بیٹھ جاتی ہے، وہی کچھ پیش آتا ہے۔ صرف اعتماد اور اندرونی یقین کی بات ہے۔

ہمارے پاکستانی مغرب کے جس ملک میں بھی رہتے ہیں عموماً احساس کمتری کا شکار ہوتے ہیں۔ حالانکہ آج کل پاکستانیوں کے سب مغربی ملکوں میں بڑے بڑے کاروبار ہیں، اس حساب سے بھی ان کی حالت یہاں کے باشندوں سے کافی بہتر ہے۔ مگر خود اعتماد نہ ہونے کی وجہ سے مار کھا جاتے ہیں۔ دراصل یہ باتیں ہمیں سکھانے والا کوئی نہیں ہے، ہمیں خود سے دھکے کھا کھا کر سیکھنی پڑتی ہیں۔ شروع میں ہمیں یہ شرم ہوتی ہے۔ کہ ہم غریب اور گندے ملکوں کے رہنے والے ہیں۔ مگر اس میں حقیقتاً شرمانے والی کوئی بات نہیں کہ غریب ملک سب ہی ایسے ہوتے ہیں، شرم والی بات تو تب ہے جب آپ میں کردار نہ ہو۔ ہمارے پاکستانی اس معاملے میں اکثر دوسرے

غیر ملکیوں سے بہت بہتر ہیں۔ مثلاً شاذ و نادر ہی کوئی پاکستانی چوری کرتا نظر آئے گا۔ ذہنی طور پر ہم مغرب والوں سے کسی طرح کم نہیں ہیں۔

بہر حال اگر کسی کے ذہن میں بیٹھ جائے کہ اسے کوئی پسند نہیں کرتا تو پھر اسے کون پسند کرے گا۔ نسلی تعصب کا مسئلہ ہر جگہ کچھ نہ کچھ ہوتا ہے۔ لیکن ہم لوگ بھی گوروں سے بہت زیادہ تعصب کرتے ہیں، اگر کوئی لڑکا کسی بڑی اچھی یورپین یا امریکن لڑکی سے "سیریس" شادی بھی کر لے تو اکثر دوسرے پاکستانی اس کو صحیح شادی ہی نہیں مانتے۔ گو اب پاکستانیوں میں مغربی لڑکیوں سے شادی کرنے کا شوق اب بہت کم ہو گیا ہے۔ ان سے شادی کرنے کی صورت میں اولاد کا مسئلہ بڑا عجیب ہوتا ہے، آدھا تیتر آدھا بٹیر والی بات ہوتی ہے۔ وہ عموماً اس صورت میں ہی ہاتھ میں رہتی ہے اگر آپ پاکستان میں رہائش رکھیں۔ ایک دن بات خوبصورتی اور کشش پر ہو رہی تھی۔ کیدو کی رائے یہ تھی کہ اصل خوبصورتی تو روح کی خوبصورتی ہے، جب روح کی خوبصورتی بیدار ہو جاتی ہے تو پھر عام لگنے والا یا والی بھی بہت پر کشش ہو جاتی ہیں۔ اور اگر یہ خوبصورتی نہ ہو تو اچھی سے اچھی شکل اور جسم بھی اپنی کشش کھو دیتے ہیں۔ خوبصورتی میں خود اعتمادی کا بڑا دخل ہے۔ آپ نے کافی ایسے لوگ (خصوصاً عورتیں ٹی وی یا فلم سٹار وغیرہ) دیکھے ہوں گے جو 25 تا 30 سال کی عمر میں پر کشش اور خوبصورت نہیں لگتے مگر 40 کے لگ بھگ بڑے پر کشش ہو جاتے ہیں۔ اس کی وجہ ان میں زیادہ عمر کی وجہ سے خود اعتمادی کا ہونا ہے۔ گو عموماً بہتر کاٹھی کے لوگ ہی اس عمر میں پر کشش لگتے ہیں کیونکہ ابھی ان کا جسمانی میکانزم بھی قائم ہوتا ہے۔

کیدو کے کہنے کے مطابق بالکل عام شکل و صورت اور جسم و حلیے کا آدمی اگر خود اعتماد ہو تو بہتر سے بہتر مغربی عورت کو اپنی طرف کھینچ سکتا ہے۔ یہ کچھ بہت ماہر شکاریوں کی تصدیق کردہ بات ہے۔ اعتماد نہ ہونے کی صورت میں اچھی سے اچھی صورت اور جسم کا لڑکا بھی فیل ہو جاتا ہے۔ پھر اس میں یہ بات اہم ہے کہ اگر کسی کے ذہن میں یہ بیٹھ گیا کہ یورپ میں سب لڑکیاں شریف ہوتی ہیں یعنی انہیں عام مردوں میں کوئی دلچسپی نہیں، تو پھر اسے ایسی ہی لڑکیاں ملا کریں گی اور اگر اس کا خیال یہ ہے کہ یورپ اور مغرب میں سب لڑکیاں شریف نہیں، اسے سب ایسی ہی ملیں گی۔ یہ اپنی اپنی سوچ اور یقین کی بات ہے، یہی سارا کمال ہے۔

یہ باتیں روحانیت میں دلچسپی رکھنے والے لوگوں کو شاید مضحکہ خیز لگیں۔ لیکن ان کو بیان

کرنے کی وجہ لوگوں کو ان چیزوں کی بھی معلومات دینا اور اپنے لوگوں کو احساس کمتری سے نکالنا ہے، جن کے نزدیک گورے دوسری دنیا کی مخلوق کی طرح ہیں۔ لیکن ہم پاکستانی بلکہ برصغیر کے لوگ اس معاملے میں ان پڑھ ہیں، کیونکہ یہ چیز ہمارے کلچر میں نہیں ہے اور چیزوں کا تجربہ نہ ہونے کی وجہ سے ہم لوگ مغرب میں احساس کمتری کا شکار رہتے ہیں اور اگر کوئی کسی مغربی عورت سے شادی کرتا ہے تو انہیں دیکھ کر یہ احساس کمتری مزید گہرا ہو جاتا ہے کیونکہ ہمارے لوگ اس معاملے میں اعتماد نہ ہونے کی وجہ سے اکثر بالکل گئی گزری اور رہی سہی عورتوں سے شادی کرتے ہیں۔ یہاں پر کیدو اپنی بات ختم کر دیتا ہے۔

یہ یاد رکھیں کہ ہماری بیرونی سوچ کے مقابلے میں اندرونی یقین کی اہمیت ہوتی ہے۔ یہ اندرونی یقین کچھ نہ کچھ تجربوں اور کامیابیوں کی صورت میں آتا ہے۔ مگر اصول پتہ ہوں تو جلدی کام ہو جاتا ہے۔

خوبصورتی کے معاملے میں بات یہ ہے کہ دنیا کے ہر ملک میں خوبصورت اور پر کشش لوگ موجود ہوتے ہیں، افریقہ کے ملکوں میں بھی دنیا کے خوبصورت ترین عورتیں و مرد موجود ہیں۔ میری مراد کالے افریقیوں (نیگرو) سے ہے۔ ہمارے یہاں یورپین اور مغربی عورتیں اور مرد بہت خوبصورت گنے جاتے ہیں۔ "مگر خوبصورتی اور کشش دو مختلف چیزیں ہیں" اور اصل بات یہ ہے کہ یہ اپنے گورے رنگ سے بیزار ہیں۔ یورپین یا مغربی لڑکیوں کی 90 فیصد سے زیادہ تعداد میک اپ نہ ہوئے ہونے کی صورت میں بالکل بے کشش (بلکہ ڈراؤنی قسم کی) ہو جاتی ہیں۔ گورے مرد بھی بے کشش سے ہوتے ہیں۔ دراصل گورا رنگ ایک حد تک ہی اچھا لگتا ہے، زیادہ گورا رنگ ہو تو کشش ختم ہو جاتی ہے، پھر یہ لوگ برائلر مرغیوں (Broiler فارمی مرغی) کی طرح لگتے ہیں۔ وہاں ان ملکوں کے لوگ بہتر قد و قامت کے اور عموماً فٹ ہوتے ہیں، کیونکہ انہیں اس معاملے میں بھی مقابلہ کرنا پڑتا ہے کہ اگر وہ موٹے اور بے کشش ہو جائیں تو ان کا ساتھی ان کو چھوڑ سکتا ہے، یا پھر کوئی ساتھی نہیں ملتا۔ اچھی قد و قامت کی وجہ میں پیچھے لکھ چکا ہوں۔ ان کی تعلیم بہتر ہونے کی وجہ سے ان میں خود اعتمادی پائی جاتی ہے۔ جو کہ انہیں کافی حد تک اٹریکٹو بنا سکتی ہے۔ ہمارے ملک کی عورتیں اور مرد گوروں کی نظر میں بہت پر کشش ہوتے ہیں۔ مگر میرے خیال میں ہمارے لوگوں کی بہت بڑی تعداد موٹاپے کا شکار ہوتی ہے، بلکہ یہ ہمارے کھاتے پیتے گھرانوں کا ٹریڈ مارک ہے۔ اگر ہمارے لوگ اپنا وزن کنٹرول میں رکھیں اور خود

اعتمادی کا مظاہرہ کریں تو دنیا کے پرکشش ترین لوگوں میں سے ہیں۔ صرف شکل وصورت ہی کافی نہیں ہوتی، ساتھ اگر ذہانت بھی شامل ہو جائے تو ایک نمبر اور مل جاتا ہے۔ پھر اگر کوئی اچھے دل کی مالک شخصیت ہے تو اچھا کردار چہرے پر ہی بول رہا ہوتا ہے، پھر تو کیا کہنے۔ دوسری طرف سٹائل ہونا عام سی شخصیت کو بھی خوبصورت اور پرکشش بنا دیتا ہے، اس کی غیر موجودگی میں اکثر خاصے خوبصورت لوگ بھی بے کشش ہو کر رہ جاتے ہیں۔ سٹائل بھی اپنا ہونا چاہئے، کسی دوسرے کی اندھا دھند نقل کرنا عموماً صحیح نہیں رہتا ہے۔

جسمانی میگناٹیزم (Magnetism)، ذہنی میگناٹیزم، اچھے دل کا میگناٹیزم، سب کی اپنی اپنی کشش ہوتی ہے۔ ان سب کا مجموعہ ہی اصل اور مکمل قسم کی خوبصورتی بناتا ہے۔ پاکستان میں مغربی لوگوں کے حسن کا معیار اور ہے۔ پاکستان میں شہزادی ڈیانا کو حسین ترین عورت مانا گیا تھا جب کہ مغرب کے معیار میں لیڈی ڈیانا ایک عام سی عورت تھی، صرف بلانڈ بال اور نیلی آنکھیں ہونا ہی کسی کو حسین نہیں بنا سکتے۔ گو لیڈی ڈیانا اچھے دل کی مالک تھی اور شہزادی تھی۔ گلیمر کا اپنا جادو ہوا کرتا ہے۔ یورپین لوگوں کے عام خیال میں پاکستانی، کالے بالوں والے غیر ملکیوں میں خاصے بہتر لوگ ہیں اور خاصے ذہین اور مضبوط ذہن کے ہوتے ہیں، اور ان کی یہ رائے غلط نہیں ہے۔

جنس مخالف کے ساتھ بھی وہ اصول چلتا ہے جو دوسری چیزوں میں بتایا گیا ہے کہ جو خود کو اس میں خوش قسمت ''مانتا'' ہے وہ اس میں بھی خوش قسمت ہے جو بد قسمت مان لے وہ بد قسمت ہے۔ پھر ان کے متعلق جو بھی چیز آپ کے یقین میں بیٹھ گئی وہی آپ ہر طرح دیکھیں گے اور اس کا سامنا کرتے رہیں گے ''اس پر غور کریں''۔ یہ یاد رکھیں کہ ہنس مکھ آدمی کو مغرب میں ہر کوئی پسند کرتا ہے۔ ویسے عجیب بات یہ ہے کہ برصغیر دنیا کا واحد حصہ ہے جہاں گاڑھا رنگ بدصورتی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ یعنی گاڑھے یا کالے رنگ کے لوگ چاہے خوبصورت اور پرکشش ہوں، اپنے آپ کو بدصورت ہی سمجھتے ہیں۔ اس کی وجہ غالباً یہاں کے لوگوں پر گوروں کی حکمرانی تھی، اور پھر یہاں پر پہلے حملہ آور بھی ہمیشہ ایسے ملکوں سے آ کر حکومت کرتے رہے، جو یہاں کے مقامی لوگوں کی نسبت گورے رنگ کے ہوتے تھے۔

یہاں کے لوگ شاید اسی وجہ سے احساس کمتری میں مبتلا ہو گئے۔ حملہ آوروں نے بھی ان کو یہی جتایا، مثال کیلئے تزک بابری پڑھیں۔ رنگ بھی درمیانہ ہی بہتر رہتا ہے، کوئی چیز بھی اگر اعتدال سے باہر ہو تو صحیح نہیں لگتی۔ پتلے نقوش اچھے سمجھے جاتے ہیں مگر زیادہ پتلے نقوش بھی بے سرے لگتے ہیں۔

ایسے ہی لمبے لوگ پسند کئے جاتے ہیں، لیکن زیادہ لمبے بھی بے ڈھنگے لگتے ہیں۔ ایسے ہی ورزشی جسم کے لوگ پسند کئے جاتے ہیں، مگر بہت زیادہ مسلز والے لوگ بھی فضول لگتے ہیں۔

گو مغرب میں اکثریت موٹے اور اوور ویٹ لوگوں کی ہے جس کی وجہ یہاں کی آسان زندگی اور مالی آسائشیں ہیں اور ''کھاؤ گزیدہ کھانے'' اس لیے موٹے لوگوں کو بالکل پسند نہیں کیا جاتا، پتلے لوگ خوبصورت گنے جاتے ہیں۔ آپ کی دلچسپی کے لیے یہ لکھ چلوں کہ تاریخ میں بڑے بڑے کام کرنے والے عموماً چھوٹے قد و قامت کے لوگ تھے۔

مثلاً حضرت علی کرم اللہ وجہہ، سکندر اعظم، بابر، ہٹلر، گاندھی، پنولین، مصطفیٰ کمال پاشا یہ سب لوگ چھوٹے قد و قامت کے تھے۔ عموماً چھوٹے قد والے بڑی عمر میں بھی صحت مند رہتے ہیں۔ لمبے چوڑے لوگوں میں کم ہی کوئی زیادہ ذہین اور باصلاحیت ہوتا ہے۔ کیونکہ اپنی جسمانی برتری کی وجہ سے انہیں مزید صلاحیتیں ابھارنے کی ضرورت نہیں رہتی۔ جب کہ چھوٹے قد و قامت کے لوگوں کا دوسری صلاحیتوں کی غیر موجودگی میں گزارا آسان نہیں ہوتا۔ اس لیے وہ ذہنی طور پر زیادہ تیز ہو جاتے ہیں۔ ہماری طرف یہ بھی مثال ہے کہ کانے، لنگڑے یا بھینگے کی ایک رگ فالتو ہوتی ہے۔ کیونکہ اس کے بغیر ان کا گزارا نہیں ہوتا، لوگ تنگ کرتے رہتے ہیں۔

ایسے ہی زیادہ خوبصورت لڑکیاں بے ہنر ہوتی ہیں کیونکہ ہماری طرف اس کے باوجود بھی ان کی مانگ (Demand) رہتی ہے۔ ان کو اچھے رشتے مل جایا کرتے ہیں۔ آخر میں ایک کام کیا بات یہ ہے کہ جو انسان خود کو پسند نہیں کرتا اسے کوئی پسند نہیں کرتا۔ جو اپنی عزت Respect نہیں کرتا کوئی اس کی عزت نہیں کرتا۔ خود کو پسند کرنا ایک اچھی چیز ہے، جو شخص خود کو پسند کرتا ہے وہ اپنے کپڑوں اور ہر چیز کا دھیان رکھتا ہے۔ خود کو پسند کرنے والے کو دوسرے لوگ بھی پسند کرتے ہیں اور خود کو پسند نہ کرنے والے کو کوئی پسند کم ہی کرتا ہے، چاہے وہ کتنا ہی بہتر اور پرکشش کیوں نہ ہو۔

اصل بات یہی ہے، جو خود کو پیار کے قابل نہیں سمجھتا اسے کوئی پیار نہیں کرتا۔ خود کو سمجھو پھر دوسرے کو ڈھونڈو۔



باب نمبر ۳۷

عورتوں اور مردوں میں ذہنی مقابلہ

اب عورتوں اور مردوں کی قابلیت کی بات بھی ہو جائے۔ یورپ میں عورتوں کو مردوں کے برابر ہی حقوق دیئے گئے ہیں۔ لیکن پتہ یہ چلا کہ پچھلے تیس پینتیس سال سے لڑکیوں لڑکوں کو مغرب میں ایک ہی تعلیم دینے اور مواقع فراہم کرنے کے باوجود بھی عورتیں ہر معاملے میں مردوں سے پیچھے ہیں حالانکہ میری اور کافی لوگوں کی رائے یہ ہے کہ عورتیں عقل میں مردوں سے کم نہیں ہیں۔ گو ان میں جسمانی کمزوری کی وجہ سے خود اعتمادی کی کمی ہوتی ہے اور میرے خیال میں یہ بہت کم ہی ذہنی میچور Mature ہوتی ہیں، ان میں بچپنا ہمیشہ موجود ہی رہتا ہے۔ دراصل ہر انسان کے اندر ایک بچہ بیٹھا ہوتا ہے، مغرب کے نفسیات دان Psychologist اسے اندرونی بچہ Inner Child کہتے ہیں۔

ہمارے بچپن کی شخصیت ہمارے اندر جیسے ساری عمر موجود رہتی ہے۔ میرے خیال میں مردوں میں یہ شخصیت چھپ اور نیچے دب جاتی ہے اور مضبوط اور مردانہ شخصیت بننی شروع ہو جاتی ہے۔ جب کہ عورتوں میں یہ اثر چائلڈ ساری عمر مضبوط رہتا ہے اور ذرا سا موقعہ ملتے ہی وہ پھر سامنے آ جاتا ہے اور وہ جذباتی ہونا اور رونا دھونا شروع کر دیتی ہیں۔ مغرب میں عورت کو مرد کے برابر حقوق اور ایک جیسی تعلیم دلوانے کے باوجود ان میں واضح فرق رہتا ہے۔ خصوصاً مشکل حالات میں عورت جہاں کی بھی ہو جلد ہی دل ہار دیتی ہے، اسے مرد کا سہارا چاہئے ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ عورت اکیلی بہت کم ہی رہ سکتی ہے۔ مرد کی زندگی پیار نہ ملے تو خشک اور بے رونق ہو جاتی ہے، مگر عورت کی زندگی بالکل تباہ برباد ہو جاتی ہے۔

1998ء میں ہی ایک اس بارے میں ایک دستاویزی فلم دیکھنے کا اتفاق ہوا۔ جو اس موضوع پر بنائی گئی تھی کہ عورتوں کو مغربی ملکوں میں مردوں کے یکساں مواقع میسر ہونے کے باوجود بڑے اور اہم عہدوں پر عورتوں کی تعداد بہت ہی کم کیوں ہے، جو کہ کسی بھی اہم عہدے پر دو سے دس فیصد سے زیادہ نہیں ہے۔ خصوصاً مسابقت Competition کے کاموں میں ان کی تعداد بہت کم کیوں ہے۔

دوران تحقیق سائنسدانوں کو پتہ چلا کہ ہر عورت اور مرد میں ایک خاص ہارمون پایا جاتا ہے جسے Test Testrone کہتے ہیں. جہاں بھی مقابلے کی صورت پیش آتی ہے، چاہے یہ سپورٹس کا کوئی مقابلہ ہو یا کاروباری مسابقت مردوں میں یہ ہارمون اس وقت خون میں آجاتا ہے اور اس کی مقدار خاصی بڑھ جاتی ہے. جب کہ عورتوں میں اس کی مقدار مقابلے کے وقت بھی عام ہی رہتی ہے. مردوں میں دیکھا گیا کہ باسکٹ بال جیسے غیر وحشیانہ کھیل میں بھی مقابلے کے وقت مردوں میں اس کی مقدار 30 فیصد زیادہ ہوتی ہے اور مقابلے کے بعد واپس نارمل ہو جاتی ہے. جب کہ عورتوں میں مقابلے کے وقت بھی اس ہارمون میں کوئی تبدیلی نہیں آتی. مرد باسکٹ بال جیسے کھیل میں بھی اپنے مدمقابل کو جانی دشمن کی طرح دیکھتے ہیں جب کہ عورتوں میں یہ بات بالکل نہیں ہوتی. ہاریں یا جیتیں، انہیں عموماً اس کی کم ہی پروا ہوتی ہے جب کہ مرد ہار کو برداشت کم ہی کرتے ہیں. یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ اگر عورتیں مردوں جتنی نالج حاصل کر بھی لیں تو بھی اپنے بڑے پروگراموں پر عمل کم ہی کر پاتی ہیں اپنے مقصد کے ساتھ چمٹ کر مخالفت کا مقابلہ کرتے اپنے مقصد کی طرف بڑھتے چلے جانا مردوں کا ہی کام ہے.

یورپ میں سیاست وغیرہ میں عورتوں کو رعایت دے کر شامل کیا جاتا ہے مسابقت میں ان کی بہت کم تعداد کوالیفائی کرتی ہے. یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ ڈاکٹری، درزی اور باورچی جیسے عورتوں کے مزاج کے مطابق کاموں میں بھی دنیا میں ماہر ڈاکٹر اور باورچی مرد ہی ہیں. پھر یہ بات بھی ہے کہ عورتوں نے چونکہ عمر کا زیادہ حصہ بچوں کے ساتھ گزارنا ہوتا ہے اس لیے ان میں بچوں جیسا مزاج ہونا لازمی ہے، ورنہ وہ ان کے ساتھ گزارا نہیں کر سکتیں. بچوں کے ساتھ سارا دن مصروف رہنا اور راتوں کو اٹھ اٹھ کر ان کا خیال رکھنا عورتوں کا ہی کام ہے، مرد جلد ہی اس سے اکتا جاتے ہیں. یہاں یہ بات یاد رکھیں کہ چند فیصد عورتیں مردوں کی طرح ہوتی ہیں اور چند فیصد مرد عورتوں کی طرح ہوتے ہیں. مگر جب بھی بحث ہوتی ہے یا تحقیق کی جاتی ہے تو پھر عام لوگوں کے بارے میں بات ہوتی ہے، نہ کہ ان دو تین فیصد کے بارے میں. مثلاً ایک دو فیصد عورتیں عام مردوں سے جسمانی طور پر بھی طاقتور ہوتی ہیں. لیکن ایسی کسی عورت کی مثال دیکر کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ عورتیں مردوں سے جسمانی طور پر زیادہ طاقتور ہوتی ہیں. بات جب بھی کی جاتی ہے یہ مجموعی طور پر Generally ہوتی ہے. (بحث میں اکثر دوسرے کو دھوکا دینے کے لیے ایک آدھ مرد یا عورت کی مثال دی جاتی ہے).

اب قلندر کی بات سنیں فلاسفر ویل ڈیورینٹ کہتا ہے کہ عورت سپاہی سے متاثر ہوتی ہے اور ایک جابر مرد کی اطاعت میں لذت حاصل کرتی ہے. اس کے اندر اذیت پسندی کا ایک عجیب عنصر ہے جو طاقت کے مظاہرہ سے مرعوب ہوتا ہے، چاہے اس کی شکار وہ خود ہی کیوں نہ ہو. ہر نسل میں وہ لڑاکے مردوں کو پسند کرتی ہے. غیر شعوری طور پر وہ یہ جانتی ہے کہ اس کے گھر اور اس کے بچوں کو حفاظت کی ضرورت ہوگی. ڈی فو سے کہتا ہے کہ تمام مرد بے ہودہ، جھوٹے، غدار، منافق اور متکبر ہوتے ہیں اور تمام عورتیں خود پسند، تصنع پرست اور بے وفا ہوتی ہیں. لیکن دنیا میں ایک ہی چیز مقدس ہے اور وہ ہے ان دو نامکمل ہستیوں کا وصال.



باب نمبر ۳۸

مغربی لوگ

یورپ میں بڑا عرصہ گزارنے اور یہاں کے باشندوں میں برسوں رہنے کے بعد یہاں کی زندگی کا صحیح طریقے سے جائزہ لینے اور جانچنے کا موقع ملا. میری پہلی بیوی کا تعلق ایمسٹرڈیم سے تھا. ویسے مغرب کے لوگوں میں کچھ بڑی اچھی صفات پائی جاتی ہیں. مثلاً محنت کرنا، جھوٹ نہ بولنا، خواہ مخواہ کسی کا برا نہ سوچنا (یعنی حسد کم ہے) دوسروں کے معاملے میں خواہ مخواہ دخل نہ دینا حقیقت تسلیم کر لینا. یہاں پر انصاف ہر آدمی کو میسر ہے، تعلیم اور طبی سہولتیں بھی مفت ہر ایک کو حاصل ہیں. بلکہ شروع میں ہم لوگوں کا خیال یہ تھا کہ اگر یہ لوگ بے حیائی سے باز آ جائیں اور نمازیں پڑھنے لگ پڑیں تو ان سے بڑا مسلمان ہی کوئی نہیں.

لیکن جو یہاں کی زندگی سے سب سے بڑی خرابی ہے وہ یہ کہ یہاں ہر کوئی صرف وہی کرتا ہے. جس میں اس کا فائدہ ہے، یعنی یہاں ہر کام نظریہ ضرورت کے تحت کیا جاتا ہے. مثلاً مجھے کسی کی ضرورت ہے تو میں اس کا دوست ہوں، مجھے اس کی ضرورت نہیں تو میری اس سے کوئی دوستی نہیں. ہر رشتے ناتے حتیٰ کہ میاں بیوی میں بھی یہی نظریہ ضرورت چلتا ہے. جب تک ایک دوسرے کی ضرورت ہے رشتہ قائم ہے، جب ضرورت ختم ہوگئی تو رشتہ خود ہی ختم ہو جاتا ہے. اور مسئلہ یہی ہے کہ چونکہ خاوند یا بیوی کو پتہ ہوتا ہے کہ ساتھی کو اس کی ضرورت نہیں رہی تو وہ یہ دلی طور پر مان لیتا ہے کہ اب ان میں علیحدگی ہونے والی ہے، پھر علیحدگی یقینی ہو جاتی ہے. ماں باپ اور بچوں میں بھی یہ نظریہ کام کر رہا ہوتا ہے. یہاں پر جو مالی تحفظ Social Security کا نظام آیا ہے، یعنی ہر بچہ نوجوان یا بوڑھا چاہے گھر میں رہے یا اکیلا کام کرے یا نہ کرے، اس کو ضرورت کے مطابق سب پیسے ملتے رہتے ہیں.

اس نظام نے ان کے سب رشتے ناتوں کو توڑ دیا ہے. پھر مذہب ایک ایسی چیز ہے جو کہ خاندانی زندگی کو تحفظ دیتا ہے کہ میاں بیوی بچوں کی خاطر اکٹھے گزارا کرتے ہیں. چاہے ان کے بیچ میں کچھ بدمزگی اور لڑائی جھگڑا بھی ہوتا رہے. مگر یہاں کے بڑے شہروں میں مذہب بہت حد تک ختم ہو گیا ہے اور چھوٹے شہر بھی اس کی پیروی کر رہے ہیں.

ہزاروں سالوں سے موجود مشترکہ خاندانی نظام ختم ہو کر رہ گیا ہے. بچے سولہ سال کے ہوتے ہی ماں باپ سے علیحدہ ہو جاتے ہیں، بلکہ کافی تعداد اس سے پہلے ہی لڑ جھگڑ کر گھر چھوڑ دیتی ہے. پھر اکثر کا ماں باپ سے تعلق بہت کم رہ جاتا ہے، یا بالکل ختم ہو جاتا ہے. گھر چھوڑ کر جانے والے بچوں کو حکومت پناہ دیتی ہے. لیکن یہ بچے جہاں پر رہتے ہیں وہ جگہ جرائم کا اکھاڑہ ہوتی ہیں، ان میں سے بہت کم بچے ہی غلط راہوں سے بچ پاتے ہیں. ان میں اکثر لڑکیاں طوائفیں اور لڑکے منشیات اور دوسرے جرائم میں مبتلا ہو جاتے ہیں. ماں باپ میں اکثر طلاق ہو جاتی ہے اور آجکل بچوں کی بڑی تعداد عموماً باپ کے بغیر پروان چڑھ رہی ہے اور بچپن کے سال اگر بچوں کو پوری توجہ نہ ملے تو بچہ احساس کمتری اور بہت سے دوسری ذہنی پیچیدگیوں میں مبتلا ہو جاتا ہے، جو ساری عمر اس کا پیچھا نہیں چھوڑتے.

یورپ اور روس میں بہت سے بڑے بڑے قاتلوں اور جنسی مجرموں کی تاریخ دیکھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ ان کے جرائم کے محرکات ان کے بچپن کے Complexes تھے. وہ عموماً ماں یا باپ کے بغیر پروان چڑھے تھے. ان کو بچپن میں وہ توجہ اور پیار نہیں ملا تھا جو کہ بچوں کی ضرورت ہوتا ہے اور جس کے نہ ملنے کی وجہ سے بچے کی شخصیت نامکمل رہ جاتی ہے اور بعد میں وہ جرائم میں مبتلا ہو جاتا ہے، وہ دراصل معاشرے سے بدلہ لے رہا ہوتا ہے اور بہت سے جرائم میں اسے خود معلوم نہیں ہوتا کہ وہ کیوں کر رہا ہے.

یہ میں کوئی سنی سنائی باتیں نہیں کر رہا مجھے پروفیشنل پامسٹری اور روحانی علاج کے سلسلے میں ہزاروں لوگوں کو ملنے اور ان کی کہانیاں سننے کے بعد ان چیزوں کا علم ہوا، پھر یہاں پر ایسے مسئلوں پر بننے والی دستاویزی فلموں سے بھی یہی کچھ معلوم ہوتا ہے. انسان روکھی سوکھی کھا کر گزارا کر لیتا ہے اور خوش باش رہ لیتا ہے، لیکن اکیلا کبھی خوش نہیں رہتا. یہاں یورپ و مغرب میں ہر شخص اکیلا ہو کر رہ گیا ہے. بچے اپنے بوڑھے ماں باپ کو بوڑھوں کے گھر Oldage Homes میں بھیج دیتے ہیں، جہاں پر وہ دوسرے بوڑھوں کے ساتھ رہتے ہیں. لیکن کیا اسے ہی زندگی کہتے ہیں.

انسان کو ہر حال میں اپنے پیاروں کی توجہ چاہئے ہوتی ہے اور وہ توجہ بھی یہاں نظریہ ضرورت کی نظر ہو گئی ہے. انسان کو طاقت اکٹھے ہو کر اور اپنوں کی مدد سے ہی ملتی ہے. مغرب میں لوگ اسی وجہ سے کمزور ہوتے چلے جا رہے ہیں. ابھی تک جو لوگ یہاں کا نظام چلا رہے ہیں وہ

مشترکہ خاندانی نظام میں پل کر جوان ہوئے ہیں. ان میں وہ مسائل کم ہیں جو کہ بغیر ماں یا باپ کے بڑے ہونے والے بچے کو ہوتے ہیں. لیکن 1970 کے بعد خصوصاً ٹیلی ویژن کے عام اور سوشل سکیورٹی کے نظام کے مکمل ہونے کے بعد یہاں کی زندگی بالکل بدل گئی. مذہب سے دوری، مشترکہ خاندانی نظام کا خاتمہ، طلاق کی شرح میں دن بدن اضافہ ہونا، یہاں کے بڑے مسائل ہیں. سوشل سکیورٹی کا نظام ابھی سے کمزور ہونا شروع ہو گیا ہے کیونکہ پیسہ اب جاپان اور چین کا بھی رخ کر رہا ہے اور کچھ مشرق وسطیٰ کے تیل کے مالک ملکوں میں جا رہا ہے.

یہاں پر ایک جملہ عام بولا جاتا ہے کہ Keep the Children away from streets یعنی بچوں کو گلیوں سے دور رکھو، ورنہ وہ مجرم بن جاتے ہیں. لیکن ان کو گلیوں سڑکوں سے دور کون رکھے. عموماً ماں باپ میں طلاق ہو چکی ہوتی ہے ماں بھی عموماً اپنا کام کرتی ہے. وہ اپنے کام پر جائے یا بچوں کی حرکات پر توجہ رکھے. مختلف باپوں (سوتیلے) کے ساتھ رہ کر بچے عدم تحفظ اور بہت سی الجھنوں کا شکار ہو جاتے ہیں.

یہاں کی زندگی جس طرف جا رہی ہے، ان کی واپسی کی کوئی امید نہیں.

علامہ اقبال صاحب نے اسی بارے میں کہا تھا کہ

تمہاری تہذیب اپنے خنجر سے آپ ہی خودکشی کرے گی
جو شاخ نازک پر آشیانہ بنے گا ناپائیدار ہو گا

مغرب کے آج کل کے کچھ فلاسفر بھی یہی کچھ کہہ رہے ہیں. پیسہ جو کہ ایشیا اور افریقہ کی کالونیوں سے لوٹ کر یہاں لایا گیا تھا، اس پیسے نے ان کو وقتی طور پر بچایا ہوا ہے اور ایسا نظام دیا ہے جو کہ ان کا گزارا چلا رہا ہے. لیکن یہ نظام روز بروز کمزور ہوتا جا رہا ہے. آزادانہ جنسی اختلاط کی وجہ سے بہت سی جنسی بیماریاں یہاں پر عام ہیں. ایڈز جن میں سرفہرست ہے. لیکن اس کے علاوہ بہت سی جنسی بیماریاں ایسی بھی ہیں جو متعدی ہیں اور جو انسان کی جان تو نہیں لیتیں لیکن ساری عمر تکلیف دیتی رہتی ہیں اور ان کا کوئی علاج بھی نہیں.

یہاں پر میں ہالینڈ کے لوگوں کا کچھ خصوصاً ذکر کرنا چاہتا ہوں. یورپ میں جن جن لوگوں ہالینڈ رہنے کا اتفاق ہوا یہاں سب کی مشترکہ رائے یہ ہے کہ مغربی یورپ (ماڈرن یورپ) میں سب سے بہتر یہی لوگ ہیں. خصوصاً غیر ملکیوں (چاہے وہ ایشین ہوں، افریقی یا جنوبی امریکہ کے) سے یہاں تعصب نہ ہونے کے برابر ہے. مجھے بھی ذاتی طور پر یہ ملک بہت پسند آیا ہے.

ڈچ قوم (ہالینڈ کے لوگ) ساری دنیا میں غریبوں اور مصیبت زدوں کی مدد کرنے میں سارے مغرب میں سب سے آگے ہوتے ہیں. ذاتی طور پر بھی اکثر لوگ اچھے اور ہمدرد طبیعت کے مالک ہوتے ہیں. خصوصاً ہالینڈ کے بڑے شہر ایمسٹرڈیم میں تقریباً ہر فیملی میں کسی نہ کسی مرد یا عورت کی شادی غیر ملکی سے ہوئی ہوتی ہے. یہ لوگ جس بھی ملک کا باشندہ ہو اگر ذہین اور اچھا انسان ہے، تو اس سے گھلنے ملنے بلکہ اپنے معاشرے میں جذب کرنے میں ذرا جھجک نہیں محسوس کرتے. یہاں پر رنگدار باشندے (کالے، بھورے یا پیلے رنگ والے) ہر چیز میں یہاں کے باشندوں کے برابر مواقع حاصل ہیں.

بہر حال مغرب کے باشندوں کی بڑی غلطی یہ بھی ہے کہ انہوں نے صرف جسم کو ہی اہمیت دی. ایسا کرنے سے مادی ترقی تو ہو سکتی ہے کیونکہ ہر آدمی وہی کام کرے گا جو اس کے فائدے کا ہے. لیکن روح کو بھولنے اور اسے اس کی اہمیت نہ ملنے کی سزا انسان کو ہر قسم کی بے سکونی کی صورت میں دینی پڑتی ہے. مغرب میں ہر طرح کی مادی آسائشیں اور مالی تحفظ ہونے کے باوجود ذہنی مریضوں کی تعداد بڑھتی ہی جا رہی ہے اور اسے بڑھنے سے کوئی نہیں روک سکتا.

آجکل جو کچھ خرابیاں یہاں کے معاشرے میں نظر آ رہی ہیں، یہ شروعات ہیں. لوگ ابھی نئے نئے مذہب اور خاندانی نظام سے نکلے ہیں لیکن دو تین نسلوں کے بعد یہاں پر کیا ہوگا، اس کی تصویر بڑی بھیانک اور ڈراؤنی لگی ہے. اس مسئلے کی وضاحت آگے باب معاشرے کو کنٹرول کرنے کے طریقے میں کی گئی ہے.

مغرب والوں کو چاہئے کہ وہ اس نے اپنے خاندانی نظام کو دوبارہ صحیح کریں، ورنہ وہ اندھیرے میں پرخطر راستے پر چلتے جا رہے ہیں، ان کا ہر قدم ان کو بظاہر مادی ترقی میں آگے مگر درحقیقت پیچھے کی طرف جا رہا ہے. مستقبل میں ان کے معاشرے کی شکل بڑی بھیانک لگ رہی ہے. دوسری طرف یورپ میں رہنے والے مسلمان عجیب کیفیت میں ہیں، ان کی نئی نسل بے راہ روی کی طرف جا رہی ہے. خصوصاً فرانس، بیلجیم اور ہالینڈ میں جہاں شمالی افریقہ کی بربر قوم (الجزائر، مراکو، تیونس) کے کافی لوگ آباد ہیں. ان میں 80 فیصد جرائم مسلمان ہی کر رہے ہیں، جن میں سے 90 فیصد مجرم شمالی افریقہ سے ہی تعلق رکھتے ہیں. ان کی نئی نسل میں بے راہ روی کے بڑے اسباب میں سے ان گھروں میں جھوٹ کا عام استعمال اور بچوں کو مناسب جیب خرچ کا نہ ملنا ہے. فرانس، بیلجیم اور ہالینڈ میں اسلام کو پھیلنے سے روکنے کا سہرا انہی لوگوں کے سر

جاتا ہے. پھر غیر ملک میں رہنے کی وجہ سے شرم کے کلچر کی عدم موجودگی ہے یہاں پر یہ دیکھنے اور بہت سے لوگوں سے بات چیت کے بعد مجھے جارج برنارڈ شا کی بات یاد آتی ہے.

"اسلام بہترین مذہب اور مسلمان بدترین قوم ہیں"

پاکستانی اور برصغیر کے مسلمان یورپ کے مختلف ملکوں میں خاصی بہتر ریپوٹیشن کے ساتھ رہ رہے ہیں. ان کی نئی نسل میں بھی بے راہ روی اور جرائم بہت کم ہیں. بہر حال انہیں چاہئے کہ جہاں پر بھی رہیں، خود اعتمادی کے ساتھ اور سر اٹھا کر چلنا سیکھیں. ہمارے لوگوں کو ایک چیز سیکھنی چاہئے، وہ یہ کہ جس بھی ملک میں رہیں وہاں کے لوگوں اور معاشرے کی عزت respect کریں. کوئی بھی اپنے کلچر سے نفرت کرنے والوں کو برداشت نہیں کرتا. پھر غیر حقیقی بنیادوں پر قائم کیا گیا کوئی بھی نظریہ زیادہ دن قائم نہیں رہ سکتا. ہم لوگ خواہ مخواہ انہیں برا نہیں کہہ سکتے. بہر حال جہاں بھی رہیں، ہمیں اس دنیا کو اچھا بنانے میں اپنا کردار ضرور کرتے رہنا چاہئے.

مسلمان ملکوں کو بڑا مسئلہ یہ بھی رہا ہے کہ تقریباً سب کے سب مسلمان ملک (ترکی یا افغانستان کے علاوہ) مغربی ملکوں کی کالونی (نوآبادیاں) بنے رہے ہیں، انہیں آزاد ہوئے زیادہ عرصہ نہیں ہوا ہے. اسی وجہ سے ان ملکوں میں تعلیم اور اسی وجہ سے سائنسی ترقی کی کمی ہے. اور آجکل موجودہ نوجوانوں کے ماں باپ پڑھے لکھے نہیں ہیں. اس لیے بھی ان میں بہت سی کمزوریاں باقی رہ جاتی ہیں. لیکن اب نئی نسل بہتر ہوتی جا رہی ہے.

❁❁❁❁❁

باب نمبر ۳۹

دلیر یا بزدل

دلیر یا بزدل کے موضوع پر ایک دن دوستوں میں بات ہو رہی تھی، وہاں بات چیت میں نتیجہ یہ نکلا کہ کوئی دلیر نہیں ہوتا کوئی بزدل نہیں ہوتا۔ضرورت ہی انسان کو دلیر بناتی ہے، جس آدمی کو پتہ ہو کہ اس نے چھین کر کھانا ہے تو وہ چھین کر ہی کھائے گا۔ایک دن پھر دلیر اور بزدل کے موضوع پر بات چل نکلی، اس میں نیچے بیان شدہ باتیں ہوئیں۔کہ ہمارے یہاں دلیر آدمی کو بھی آپ تین قسموں میں بانٹ سکتے ہیں۔ایک وہ جو جسمانی مار یا چوٹ کی پروا نہیں کرتے اور اس سے نہیں ڈرتے۔دوسرے جو قانون یا جیل سے نہیں ڈرتے۔تیسرے وہ جو موت سے نہیں ڈرتے۔اصل دلیر یہ تیسری قسم کے ہی ہوتے ہیں۔

پھر ایک دوست کہنے لگا کہ ہمارے ملک اور خصوصاً پنجاب میں قانون، پولیس، عدلیہ، جیل کا قانون ایسا پیچیدہ ہے کہ کئی موت سے نہ ڈرنے والے بھی اپنی بے عزتی کے ڈر سے اس سے ڈرتے رہتے ہیں۔کم ہی لوگ ایسے ہوتے جو ان تینوں چیزوں سے نہ ڈریں۔لیکن یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ ان تینوں چیزوں سے نہ ڈرنے والا اگر غریب آدمی ہے تو زیادہ دن زندہ نہیں رہا کرتا۔

جن قوموں کو عام لڑائی سے واسطہ رہتا ہے ان میں لڑائی کی صورت میں اتحاد رہتا ہے۔ ویسے چاہے آپس میں جھگڑتے رہیں، کسی باہر کے آدمی سے جھگڑا ہوتے ہی وہ اکٹھے ہو جاتے ہیں، مثلاً ترکی، کرد اور پٹھانوں میں یہ بات پائی جاتی ہے۔دراصل اتحاد ہی ایک ایسی چیز ہے جو بہت بڑی طاقت بن جاتی ہے۔

شیخ سعدی نے فرمایا ہے کہ اگر چڑیاں متحدہ ہو جائیں تو شیر کی بھی کھال کھینچ سکتی ہیں۔ دوسری طرف دشمن کو اپنے رعب میں لانا بھی اہم ہوتا ہے، عربوں کی ایک کہاوت ہے کہ کتے کو پیٹو تو شیر بھی دم ہلانے لگ پڑتا ہے۔اکیلا دلیر سے دلیر آدمی بھی کچھ نہیں کر سکتا جب تک اس کے آس پاس کے لوگ (دوست واحباب یا برادری) اس کا ساتھ نہ دیں۔یہ بات بھی ہوئی کہ پاکستان میں ہر برادری کے لوگوں کو چاہئے کہ کم از کم جائز بات کی صورت میں اکٹھے ہو جایا کریں خصوصاً اگر کسی اپنے کے ساتھ ظلم یا زیادتی ہوئی ہو تو ایسا لازمی کریں۔مگر عموماً دیکھا یہ گیا

ہے کہ بہت کم لوگ ہی ایسا کرتے ہیں دراصل آپس میں مقابلہ (یعنی پنڈدی سیاست) اور حسد وغیرہ اس میں بڑی رکاوٹ ہوتے ہیں، مگر ایسا ہونے کی وجہ ہی وہ دوسروں اور پولیس وغیرہ کی زیادتی کا شکار رہتے ہیں.

جو لوگ متحدہ ہوں انہیں چاہئے کہ اپنے لیڈر کے خلاف اس کی پیٹھ پیچھے کوئی طنز یا مخالفت کی کوئی بات نہ کریں، آپس میں چھوٹے موٹے اختلاف ہر ایک کے رہتے ہیں، مگر اس کے باوجود متحدہ رہیں. لیڈر ہی علاقے یا برادری کی روایات کی بنیاد رکھتے ہیں.

اسی قسم کا اتفاق و اتحاد جب قومی سطح پر ہوتا ہے تو قومیں بڑی جلدی ترقی کیا کرتی ہیں مگر ہمارے ملک میں ہمارے رہنماؤں کی خودغرضی اور ذاتی لالچ نے ایسی سوچ کو پروان نہ چڑھنے دیا، مگر سب لوگوں کو اپنے طور پر ایسا کام کرنے والے کی حوصلہ افزائی کرنی چاہئے پھر قومی مفاد میں آتا ہے اسے کرنا اور ایسا کام کرنے والے کی حوصلہ افزائی کرنی چاہئے پھر قومی لیڈر اچھے ہوں یا برے، یہ کام جاری رکھنا چاہئے.

یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ صحیح اور دیرپا اتحاد اصول اور سچائی یا نظریے کی بنیاد پر ہی ہوا کرتا ہے. دشمنی اور نفرت وغیرہ کی بنیاد پر بنا ہوا اتحاد وقتی ہوا کرتا ہے، یہ زیادہ تر قائم نہیں رہا کرتا بلکہ اکثر بعد میں آپس کی دشمنی میں بدل جایا کرتا ہے. مغرب کے ترقی یافتہ ملکوں میں Well Established Constitutions ہیں. وہاں لوگوں کے برادری یا محلے کی سطح پر اتحاد کی ضرورت نہیں سمجھی جاتی کہ وہاں پر قانون لوگوں کی کافی حد تک حفاظت کر رہا ہوتا ہے، مگر تیسری دنیا کے ملکوں میں یہ چیز ناپید ہے اور جہاں پر یہ اتحاد نہیں ہوا کرتا وہاں کردار کمزور ہو جایا کرتے ہیں اور مضبوط کردار والے دلیر لوگ کم ہی پیدا ہوا کرتے ہیں. یاد رکھیں مرد سر اٹھا کر جیا کرتے ہیں، وہ اپنی عزت و غیرت کی خاطر مرنے پر تیار رہتے ہیں.

اسلام میں مسلمانوں کو حکم ہے کہ جہاں ظلم یا زیادتی ہو رہی ہو وہاں اگر طاقت ہے تو طاقت سے اسے روکیں، اگر وہ اس قابل نہیں تو بول کر زبان سے ظلم کو روکیں، اور اگر اس قابل بھی نہیں ہیں تو ظلم کرنے والے کو برا سمجھیں، جو کہ کمزور ترین صورت ہے. ہمیں ہر حالت میں انصاف کرنے، انصاف میں مدد کرنے اور حق کا ساتھ دینے کا حکم ہے اور اس میں کوئی گنجائش یا چھوٹ نہیں ہے. پھر جہاں دلیری صفت سمجھی جاتی ہے وہاں اگرچہ کسی سے مار کھا کر گھر آئے تو اسے گھر سے بھی مار پڑتی ہے کہ مار کھا کر کیوں آئے ہو مار کر کیوں نہیں آئے.

مجھے ایمسٹرڈیم میں 1992ء میں ایک جرمنی میں رہنے والی ترکی لڑکی ملی. وہ کہنے لگی کہ جب میں بارہ سال کی تھی تو اپنے ایک ہم عمر ترکی لڑکے سے لڑائی ہو گئی. میں اس سے بڑی دیر تک لڑتی رہی، یہاں تک کہ وہ روتا ہوا گھر گیا. پھر اس کی ماں نے آ کر میری ماں کو شکایت کی کہ تمہاری لڑکی ہے یا ڈائن میرا لڑکا آج تک نہیں رویا اس نے رلا کر گھر بھیجا ہے پھر لڑکی مجھے کہنے لگی کہ ہم فلاں فیملی (نام یاد نہیں لیکن جیسے پاکستان میں ملک، خان چوہدری یا راجہ قسم) میں اگر بچہ یا بچی گھر مار کر کھا کر آئے تو اسے گھر سے مزید مار پڑتی ہے. یہ سننے کے بعد مجھے اندازہ ہوا کہ ان لوگوں سے لڑنا آسان کام نہیں.

ہندو مذہب دنیا میں اپنے امن پسندانہ Non Violent ہونے کی وجہ سے مشہور ہے، ان میں راجپوتوں کو چھوڑ کر کوئی بھول کر بھی لڑائی نہیں لیتا. ہندوؤں میں بھی تامل زیادہ کمزور اور بزدل سمجھے جاتے تھے، لیکن انہیں تاملوں نے سری لنکا میں انڈین آرمی کو ناکوں چنے چبوا دیے.

جہاں دلیری صفت سمجھی جاتی ہے وہاں بچے دلیر بننے کی کوشش کرتے ہیں اور دلیر بن جاتے ہیں. جہاں پہلوانی صفت سمجھی جاتی ہے وہاں پہلوان زیادہ ہوتے ہیں. جہاں چوری صفت سمجھی جاتی ہے وہاں چور اور ٹھگ بڑے پائے کے ہوتے ہیں. جہاں کرکٹر اور ڈسکو گانے والے ہیرو ہوں اس قوم کا اندازہ آپ خود لگا لیں۔

عموماً ان صفات کی علاقے کی ضرورت سے تعلق ہوتا ہے. یورپ اور مغربی ملکوں میں یہ پکی بات ہے کہ غریب امیر سے زیادہ دلیر ہوتا ہے، کیونکہ اس کے پاس کھونے کو کچھ نہیں ہوتا. اگر وہ جیل چلا جائے تو اسے کوئی فرق نہیں پڑتا. جب کہ امیر نہ جیل جانا چاہتا ہے اور نہ مرنا چاہتا ہے. پاکستان میں پنجاب میں پولیس ہی دلیر ہے، باقی صوبوں میں بزدل ہے. ایک اور بوڑھا ترک ملا. وہ کہنے لگا کہ ترکی خواہ مخواہ ہی لڑتے رہتے ہیں، کوئی وجہ ہو تو لڑو، غیرت کے لئے لڑو یا پیسے کے لیے لڑو. خواہ مخواہ لڑنے کا کیا فائدہ.

طاقتور اور کمزور کے موضوع پر میاں محمدؒ فرماتے ہیں.

بس کے ساڈا وس نہیں چلدا کی اے تہاڈا کھوہڑاں
لسے دا کی کم محمد نس جاناں یا روہڑاں

ترجمہ: میرا بس نہیں چلتا تمہارا چھیننا کیا ہے؟ کمزور آدمی اور کچھ نہیں کر سکتا بھاگنے یا رونے کے علاوہ.

اگر آپ کسی سے زیادہ طاقتور ہیں اور رابطے والے ہیں تو آپ نے کسی کو مار پیٹ لیا تو پھر کیا دلیری ہوئی اور اگر کوئی آپ سے زیادہ طاقتور ہے تو اس نے آپ کو مار لیا تو اس میں دلیری ہے. خواہ مخواہ لڑنا انسان کا شیوہ نہیں. مسلمانوں سے زیادہ دلیر کوئی نہیں ہو سکتا خصوصاً جب حق و باطل کی لڑائی ہو لڑائی میں جتنے Suicidal لوگ ہوں گے اتنے ہی کامیاب رہیں گے.

مسلمانوں کا موت کے بارے میں عقیدہ ہی ان کو دلیر بناتا ہے..

تھامس کارائل نے بہادری کے بارے میں کہا ہے کہ جس بہادری کی ہم خواہش رکھتے اور تعریف کرتے ہیں وہ سلیقے سے مرنا نہیں بلکہ مردوں کی طرح جینا ہے.

❁❁❁❁❁

باب نمبر ۴۰

سیاست اور پاکستان

اچھا سیاسی نظام ملک کی بنیادی اور اہم ترین ضرورت ہے. گو پاکستان میں سیاست کے ساتھ جو کچھ ہو رہا ہے اس پر کسی شاعر کا ایک شعر یاد آ رہا ہے.

میرے وطن کی سیاست کا حال مت پوچھو
گھری ہوئی ہے طوائف تماش بینوں میں

کوئی ادھر سے، چٹکی لیتا ہے کوئی ادھر سے اور یہ بھوکے اور ان پڑھ تماش بینوں میں گھری ہوئی ہے. ہم میں سے زیادہ لوگ جمہوریت کے حق میں ہیں. مگر سیاستدانوں کا حال یہ ہے کہ اس پر قلندر ایک لطیفہ سنا رہا ہے. ''ایک کفن چور تھا اور بہت بدنام تھا، بوڑھا ہو گیا. جب مرنے لگا تو اپنے بیٹے کو بلا کر بولا'' بیٹا لوگ مجھے بہت برا کہتے ہیں، بہت بددعائیں دیتے ہیں، تم کچھ کرو کہ لوگ مجھے اچھا کہا کریں''. بیٹا لوگ مجھے بہت بڑا کہتے ہیں، بہت بددعائیں دیتے ہیں، تم کچھ کرو کہ لوگ مجھے اچھا کہا کریں''. بیٹا جو اسی پیشے میں تھا، وہ تو مجبوراً صرف کفن ہی چوری کرتا تھا، بیٹا بڑا خراب نکلا ہے. جب بیٹا بھی بوڑھا ہو گیا اور مرنے لگا تو اس نے آگے اپنے بیٹے کو بلایا اور کہنے لگا'' مجھے لوگ بہت برا بھلا کہتے ہیں بہت گالیاں اور بددعائیں دیتے ہیں. تم کوئی ایسی ترکیب کرو کہ لوگ مجھے اچھا کہیں''. بیٹا بولا'' ابا جی تسی بے فکر ہو جاؤ'' (ابا جان آپ بے فکر ہو جائیں). یہ بیٹا بھی اسی کام پر تھا اور اس کا دماغ خاصا زرخیز تھا. وہ کیا کرنے لگا کہ کفن چوری کرتا تھا اور مردے کا منہ کالا کر کے چوک میں لٹا دیا کرتا تھا. اب لوگ یہ کہنے لگ پڑے کہ'' اس کا باپ تو شریف آدمی تھا بیٹا بڑا خراب نکلا ہے''.

ہمارے سیاستدانوں کا حال یہی ہے، وہ لوگوں کا وہ حشر کرتے ہیں کہ ماضی کی ہر چیز بہتر لگتی ہے. ہمارے سیاستدان اور لوگ جس جمہوریت کے'' خواب'' دیکھ رہے ہیں کہ کاش بھی ہمارے ملک میں آ جائے، وہ جمہوریت یورپ اور مغربی ملکوں میں فیل ہو رہی ہے. ان مغربی ملکوں نے اپنی جمہوریت کے نیچے سوشل سیکورٹی (مالی تحفظ کا نظام)، جس میں ہر بے روزگار کو اس کی آمدنی کا ستر سے اسی فیصد گھر بیٹھے ملتا رہتا ہے (جو کہ ہمارے ملک کے حساب

سے کوئی چالیس پچاس ہزار روپیہ مہینہ سمجھ لیں)، کے عارضی ستون لگا کر اپنا کام چلایا ہوا ہے. یعنی ہر آدمی کا مستقبل محفوظ ہے. جب یہ بات ہو اور تنخواہ ضرورت کے مطابق کافی سے بھی زیادہ ہو تو پھر کون رشوت لے گا یا غلط کام کرے گا. لیکن عارضی ستون انہیں کتنا عرصہ سہارا دیں گے. آج کل دنیا کا اسی فیصد پیسہ مغربی یورپ، امریکہ اور جاپان میں جمع ہو گیا ہے جو کہ دنیا کی آبادی کا کوئی پندرہ فیصد بنتے ہیں. اسی پیسے کے زور پر مغرب کے لوگ اپنا یہ ''مہنگا'' نظام چلا رہے ہیں اور اسے صحیح سمجھ رہے ہیں.

دنیا کے پیسوں میں اب چین اور جاپان جیسے حصے دار پیدا ہو گئے ہیں جو کہ پیسے کو اپنی طرف کھینچ رہے ہیں. مغرب میں جہاں جہاں مہنگائی زیادہ اور سوشل سیکورٹی ملنی کم ہو رہی ہے وہاں کرپشن بڑھتی چلی جا رہی ہے. پھر باقی ساری دنیا ہمیشہ تو بے وقوف نہیں رہے گی. پھر مغرب میں ہر ملک کی اپنی اپنی جمہوریت ہے. انگلینڈ میں اور جمہوریت ہے اور امریکہ میں اور، جرمنی میں فرانس میں، ہر جگہ اس میں فرق ہے. یورپ کے سبھی امیر ملکوں نے جمہوریت میں سیاستدانوں کو قابو میں رکھنے کے لئے بادشاہت کا مہنگا حفاظتی بند بھی باندھا ہوا ہے. جو کہ ملک کے اتحاد کی علامت ہوتا ہے اور سیاستدانوں کے سروں پر بھی تلوار بن کر لٹکا رہتا ہے. ان سب حالات کو جب دیکھیں تو معلوم ہوتا ہے کہ فی الحال مستقل نظام، غیر یقینی کی عدم موجودگی اور پیسے کی وافر مقدار ان کے نظام کو صحیح چلاتی جا رہی ہے.

خود مغرب والے انسان روح کو بھول کر نظر انداز کر کے صرف جسم اور مادے کے پیچھے بھاگتے جا رہے ہیں، جب کہ ہم صرف روح کے چکروں میں ہی ہیں. مغرب والوں کو یہ کمی روحانی بے سکونی اور خاندانی بندھن ٹوٹنے کی صورت میں برداشت کرنی پڑ رہی ہے اور ہمیں مالی اور مادی کمزوریوں کی صورت میں. مغرب کی مثال اس شخص کی طرح ہے جو کسی کے گھر سے نوٹوں کی بوری بھر کر اپنے گھر کی طرف بھاگتا جا رہا ہے مگر اس کی بوری میں سوراخ ہو چکا ہے جس کا اسے علم نہیں، پیسے راستے میں گرتے جا رہے ہیں. ان کی بوری میں سوراخ حوا کی بیٹی نے ہی کیا ہے، وہ انہیں اس جنت سے بھی نکلوا کر رہے گی.

مغرب والوں کی غلطی یہ ہے کہ وہ اپنے موجود نظام کو تاریخ کا سب سے بہتر اور مکمل نظام سمجھ رہے ہیں، حالانکہ کسی بھی نظام کی خوبیاں یا خرابیاں چالیس پچاس سال کے بعد سامنے آتی ہیں. سوشل سیکورٹی پر مبنی ان کا نظام کوئی 1970ء کے قریب کی پیداوار ہے. ابھی تک اس کی

خرابیوں کو بے حساب پیسے نے چھپایا ہوا ہے. اور لمبا پیسہ جب تک موجود رہے گا وہ اسے صحیح چلاتے چلے جائیں گے. بہر حال ان کا کہنا صحیح ہے ''خدا جب حسن دیتا ہے نزاکت آ ہی جاتی ہے''.

مگر اس وقت دنیا کے چھ ارب انسانوں کی کل دولت سمٹ کر صرف 80 کروڑ لوگوں کے ہاتھوں میں آ چکی ہے. اگر صرف چین ہی اس میں حصہ دار بن گیا تو ان کی دولت صرف 50 فیصد رہ جائے گی، باقی دنیا تو بعد کی بات ہے. دلچسپ بات یہ ہے کہ تاریخ کے ہر دور میں فاتح یا ترقی یافتہ قوم یہی سمجھتی رہی ہے کہ اس کا خاندانی و معاشرتی نظام دنیا کا مکمل اور سب سے بہتر نظام ہے. ان کی سب سے بڑی غلطی یہ ہے کہ انہوں نے ہزاروں سالوں سے موجود خاندانی نظام کو پچھلے تیس سالوں میں بالکل توڑ کر رکھ دیا ہے، اس کی سزا ان کی آنے والی نسلیں بھگتیں گی.

عورت کا گھروں سے مستقل باہر آ جانا بہت نقصان دہ ہے. مگر یہ جن بوتل سے باہر آ چکا ہے، اب اسے کوئی واپس نہیں لے جا سکتا. پھر جمہوریت کا مسئلہ یہ بھی ہے کہ اس میں سیاستدانوں کے اصول بعد میں ہوتے ہیں ووٹروں کی اہمیت پہلے ہوتی ہے، ہر ملک میں جس طرف ووٹر جاتے ہیں سیاستدان کوشش میں ہوتا ہے کہ وہ انکے آگے آگے چلے. یہی ہوتا ہے، چاہے زیادہ ووٹر نسل پرست اور غلط نظریات والے ہی کیوں نہ ہوں.

دنیا کی سیاست کے بنیادی اصول یہ ہے کہ اس میں بڑی مچھلی چھوٹی مچھلی کو کھا جاتی ہے. اس میں طاقت ہی قانون اور نیکی ہے. اس میں طاقتور اور کمزور میں صلح نہیں ہوا کرتی، صلح برابر کے طاقتور میں ہوا کرتی ہے. طاقتور کمزور میں سمجھوتے کا معاہدہ کمزور کے خون سے لکھا جاتا ہے. بڑی طاقتیں جب بھی کچھ کرنا چاہتی ہیں تو اسے جائز قرار دینے کے کئی طریقے ڈھونڈ لیتی ہیں، چاہے وہ کتنا ہی غلط کیوں نہ ہو. غلطیاں ہر کوئی کرتا رہتا ہے، مگر چھوٹی طاقت کی غلطی ہی غلطی ہوتی ہے بڑی طاقت کی نہیں.

ہٹلر پولینڈ میں، چنگیز خان خراسان میں، نپولین روس میں، یہ سب وہاں انصاف کرنے ہی گئے تھے. سیاست میں سب امیر ایک دوسرے کے دوست ہیں، یعنی ساری دنیا کے امیر اور غریب ایک دوسرے کے بے وقوف دوست ہیں (یعنی نقصان کرتے ہیں).

آج کل علاقے فتح کرنے کا وقت نہیں رہا، نہ اب یہ ممکن ہے، اب جنگ پیسے کی ہوتی ہے. روس کو پیسے کی کمی ہی نے توڑا ہمیں اس سے سبق سیکھنا چاہئے. اب دشمن کو لڑ کر اور دشمنی کر

کے نہیں جیتا جاتا، دوستی کر کے ہی جیتو۔ (میرا ذاتی خیال یہ ہے کہ مستقبل میں ہار جیت کا فیصلہ ہتھیار نہیں بلکہ کسی قوم کی اخلاقی اور معاشرتی حیثیت ہی کیا کرے گی کہ جو قوم اخلاق میں بلند ہوگی دوسرے لوگ اسی کا نظام اپنانے لگ پڑیں گے)۔ اب یہ دیکھ کر جب ہم اپنے ملک کی طرف دیکھتے ہیں تو ہمارے ملک میں نہ مستقل نظام ہے اور نہ پیسے کی وافر مقدار۔ یہ نہ ہونے کی وجہ سے یہاں پر غیر یقینی رہتی ہے، غیر یقینی جو کرپشن کی ماں کہلاتی ہے کہ کسی آدمی کو یہ معلوم نہیں کہ کل کیا ہوگا۔ وزیر یہ سوچتا ہے کہ نہ معلوم کل وہ وزیر رہے گا یا نہیں اور کیا معلوم کل روٹی کا بھی محتاج ہونا پڑے۔ کیا پتہ ملک کا کیا حال ہوگا، اس لئے اب ہی بنا لو جو بنانا ہے اور آج تک پوچھ گچھ کسی کی ہوئی ہی نہیں، اس لئے کوئی فکر کرنے کی ضرورت نہیں۔ انصاف کی عدم موجودگی میں یہی ہوا کرتا ہے۔

ہمارے ملک میں سیاسی لحاظ سے دو دور ہی ایسے گزرے جب تھوڑی بہت سٹیبلٹی (Stability) تھی۔ ایک دور ایوب خان کا تھا، دوسرا دور ضیا مرحوم کا۔ ایوب خان کے دور میں Revenue کا سالانہ اضافہ سات فیصد کے قریب جب کہ ضیاء مرحوم کے دور میں دس فیصد سالانہ رہا۔ انہی وقتوں میں پاکستانی روپے کی قیمت خاصی بہتر رہی۔ اس میں بھی ایوب خان دور میں ترقیاتی کام بہتر طریقے سے کئے گئے۔ یہی وقت مالی لحاظ سے پاکستان کا بہتر دور تھا۔ یہ دونوں آمریت کے دور کہلاتے تھے مگر آمر ہمارے جمہوری حکمرانوں سے زیادہ کامیاب رہے۔

ہمارے ملک میں سیاستدان کی سب سے زیادہ کوشش پیسوں میں یہ ہوتی ہے کہ یہاں پر فارن انوسٹمنٹ آئے لیکن ٹیکنالوجی کی منتقلی کی طرف دھیان کم ہی ہوتا ہے، جس کی وجہ غالباً کمیشن اور Kick backs ہے (جب کہ برصغیر میں انڈیا اور بنگلہ دیش میں فارن انوسٹمنٹ کی یہ لازمی شرط ہے)۔ پھر مغربی ملکوں سے بھی یہ سیکھ چکے ہیں کہ وہ دوسرے ملکوں میں کارخانے لگا کر وہاں سے اپنے ملکوں میں واپس چیزیں نہیں لاسکتے، بلکہ دوسرے ملکوں میں ہی ان کی ضرورت کے مطابق نیا کارخانہ لگا دیتے ہیں۔ یہ سب کارخانے یا فارن انوسٹمنٹ جسے ہم دوسرے ملکوں کا خود پر احسان سمجھتے ہیں، یہ ان کا کاروبار ہوتا ہے اور ان کی مجبوری ہے۔ وہ جہاں پر بھی پیسہ لگاتے ہیں، کئی گنا زیادہ پیسہ وہاں سے اپنے ملکوں میں لے جاتے ہیں۔ بہر حال فارن انوسٹمنٹ کا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ اس میں بڑے کارخانوں کے لگنے کی صورت میں اس کی متعلقہ چھوٹی صنعتیں Subsidiary Industries جیسے کہیں پر کاریں بنیں تو ساتھ وہاں پر ٹائر اور ویل وغیرہ بنانے

کی قطار بھی لگنے لگ پڑتی ہے، پھر وقتی طور پر لوگوں کو کام بھی مل جایا کرتا ہے۔

پاکستان کی حالت یہ ہے کہ دنیا میں کہیں بھی مسلمانوں کے خلاف تھوری سی بات ہو، مغرب کے خلاف بڑے بڑے جلوس نکل آتے ہیں، پھر لا اینڈ آرڈر کی حالت بہت نازک ہے۔ قومی سوچ کی بجائے صوبائی اور لسانی تعصبات اور لڑائیاں علیحدہ ہیں۔ عقل مندانہ نظر سے دیکھیں کہ جب مغربی ملکوں کو زیادہ بہتر اور کم ''پھڈوں'' والے ملک کو استعمال کرنے سے بھی روکتے ہیں جب کہ ہمارے ملک میں بات ہی اور ہے۔ جیسے علامہ صاحب فرماتے ہیں ''جدا ہو دین سیاست سے تو رہ جاتی ہے چنگیزی''۔ اسلامی نظام کے بارے میں رسول پاکؐ نے فرمایا کہ یہ پورا کا پورا نافذ کیا جائے (یعنی اس کی سب شرائط پوری کی جائیں)۔ اس میں شامل چیزیں اینٹ کی دیوار کی مانند ہیں ایک نکل جائے تو ساری دیوار کمزور ہو جاتی ہے۔

ہمارے عالموں کو اسی لئے اس نظام پر ابھی کافی محنت و توجہ کرنے کی ضرورت ہے۔ سعودی عرب کے اسلامی نظام کو آپ جیسا بھی مانیں، وہ اس وقت دنیا کا واحد ملک ہے جہاں پر آپ دوکانیں کھلی چھوڑ کر نماز پڑھنے جاتے ہیں اور ساری رات بے خوف خطر بھری جیبوں کے ساتھ پیدل پھر سکتے ہیں۔ ساری دنیا میں بھی دیکھا گیا ہے کہ جہاں زیادہ پیسے کا معاملہ ہوتا ہے ایک طرح کی اجارہ داری یا مافیا (شریفانہ یا غیر شریفانہ) نظر آیا کرتی ہے (شریفانہ وہ مافیا ہے جو جان سے نہیں مارتے، صرف لوٹ کر زندہ چھوڑ دیتے ہیں، تاکہ پھر لوٹ سکیں)۔ جیسے UNO میں پانچ بڑوں کی ویٹو پاور بھی اسی کی ایک صورت ہے۔

دنیا میں چھوٹی مچھلی کی کوئی گنجائش نہیں۔ مثلاً آج کل موجود پرائیوٹ بین الاقوامی مالیاتی فنڈ (جارج ساروس وغیرہ) اتنے طاقتور ہیں کہ ان میں سے دو فنڈ مل کر دنیا کی چار پانچ بڑی طاقتوں کی معیشت کو چھوڑ کر کسی بھی دوسرے ملک کی سٹاک مارکیٹ کا بیڑا غرق کر سکتے ہیں اور کسی ملک کی سٹاک ایکس چینج مارکیٹ کو توڑ دینا ہی اس ملک کے آدھے سرمائے کو ڈبو دینا ہوا کرتا ہے۔ جارج ساروس (Jeorge Soros) کے مالی مالیتی فنڈ کا سرمایہ 1998ء میں ہی 25 ارب ڈالر سے تجاوز کر چکا تھا، مشرق بعید کے ملکوں میں مالی تباہی میں ان ملکوں کے کمزور بنکوں کے نظام کے علاوہ ان فنڈز کا بھی ہاتھ ہے۔ مگر یہی فنڈ جب امیر ملکوں کو چھیڑنے (Distrub کرنے) پر اتریں گے یا اس قابل ہو جائیں گے تو اس وقت ان پر پابندی لگا دی جائے گی۔ یورپین یونین والے ان چیزوں کو سمجھ کر ہی اکٹھے ہو کر مزید بڑی مچھلی بننے میں لگے

ہوئے ہیں، مگر چھوٹے ملکوں کا کیا بنے گا، ان کو بھی کسی نہ کسی صورت میں اکٹھے ہوکر بڑی مچھلی بننا پڑے گا. ورنہ وہ بڑی مچھلی کا شکار بنتے ہی رہیں گے. ویسے بھی ملک جتنا بڑا ہوتا ہے انتظامی خرچے اسی تناسب سے کم ہوتے ہیں. اس کی ریسرچ لیبارٹریز اتنی ہی بڑی ہوتی ہیں اور پھر کسی بھی نئے آئیڈیے یا ایجاد کو خریدنے کے لئے اس کے پاس زیادہ پیسے موجود ہوا کرتے ہیں. وہ اپنا نظام اتنا ہی بہتر اور مضبوط بنا لیا کرتا ہے، پھر کمزور ملکوں کا پیسہ بھی اس کی طرف آ جایا کرتا ہے اور اس کا اپنا پیسہ بھی پاس رہتا ہے.

حاصل یہ ہے کہ ہم مغرب کی جمہوریت کو پاکستان میں نہیں چلا سکتے. پھر ہمیں پاکستان کی سب سے بڑی منظم اور مضبوط سیاسی پارٹی ''پاکستانی فوج'' کے کردار کا سیاست میں تعین لازمی کرنا ہوگا جو کہ کشمیر کا مسئلہ حل ہوئے بغیر نہیں ہو سکتا.

خود کشمیر کی حالت یہ ہے کہ وہاں رہنے والے (مقبوضہ اور آزاد کشمیر والے دونوں) انڈیا پاکستان دونوں سے بیزار ہیں اس کی وجہ پاکستان کے خراب سیاسی و معاشرتی حالات ہیں جن کا سبب سیاستدان ہی ہیں. پاکستان میں کمیونسٹ ابھی تک کام میں لگے ہوئے ہیں. جب کہ روس جیسے وسیع اور قدرتی وسائل سے مالا مال ملک میں یہ نظام بالکل فیل ہو گیا تھا، جس کی بڑی وجہ کمیونزم کا کمزور معاشی نظام ہے. دوسری طرف مغرب کی جمہوریت کو دنیا کے زیادہ ملکوں میں رائج کریں تو پیسہ کم ہونے کی وجہ سے وہ بالکل فیل ہو جائے گی. ہم لوگ اسلام سے ہٹ بھی نہیں سکتے کیونکہ پاکستان بنا ہی اسلام کے نام پر تھا. ہمیں اپنی مدد آپ ہی کرنی ہوگی اور مغرب والے بھی آج ہیں کل نہیں. ہمیں پیر پھیر کر اسلامی نظام کی طرف ہی آنا پڑے گا. ویسے اگر جاپان نصف فیصد سالانہ سے بھی کم سود کے ساتھ اپنا نظام چلا سکتا ہے تو بغیر سود کے بھی اسے چلانا بالکل ممکن ہے. صحیح اسلامی نظام کی طرف، جس میں پہلے سب کو روٹی دو، پھر سزا کا سوچو. جب بھی سوچنا پڑے گا. اس وقت ہماری مثال یہ ہے کہ ہم پیسہ، گندم، ہتھیار، ہر چیز مغرب والوں سے لیتے ہیں اور ان کو ہی گالیاں دیتے اور ان سے ہی لڑنے کو پھرتے ہیں.

یہ ایک تسلیم شدہ حقیقت ہے کہ کسی بھی ملک کی تعمیر و ترقی کے لئے انصاف بنیادی اور اہم ترین چیز ہے، انصاف نہ ہو تو کوئی بھی نظام کامیابی سے نہیں چل سکتا. انگریزی کا ایک محاورہ ہے.

Justice has to be done even if the heavens fall.

رسول پاک ﷺ نے واضح لفظوں میں فرمایا: ''تم سے پہلی قومیں صرف اسی لئے تباہ ہو گئیں

کہ اگر ان کا کوئی بڑا آدمی جرم کرتا تھا تو اسے چھوڑ دیتے تھے اور عام آدمی کو سزا دیتے تھے''. ہم مسلمانوں نے آپ کی یہ حدیث مبارک پڑھی مگر مطلب نہیں سمجھا، شاید گوروں نے صحیح سمجھا ہے. ہم لوگ اس بات سے کوسوں دور ہیں، انصاف کو پامال کرنا اور خود اپنے ساتھیوں کو ہر جائز ناجائز تحفظ دینا ہی سب حکمرانوں کی اولین کوشش ہوتی ہے. ایک عدل و انصاف پر مبنی مستقل نظام ہونا ملک کی سب سے اہم ضرورت ہوتی ہے. لوگوں کی حفاظت، ٹیکس اکٹھے کرنے، امن و امان قائم رکھنے اور لوگوں کو ان کا حق ملنے کے علاوہ ہر اہم کام کی بنیاد عدل و انصاف پر ہی بنائی جاتی ہے. انصاف کی عدم موجودگی میں کوئی بھی حکومت کامیاب حکومت ہونے کا تصور نہیں کر سکتی. ہمیں قرآن پاک کسی مخصوص طرف حکومت کا نہیں بتاتا. زندگی کے ہر چھوٹے بڑے مسئلے میں واضح رہنمائی والی یہ مکمل ترین الہامی کتاب اس مسئلے پر کیوں رہنمائی نہیں کر رہی؟ اس کی بظاہر وجہ یہی لگتی ہے کہ قرآن نے ہمیں ہر مسئلے میں حدود اور اصول دیے ہیں، ان جائز حدود میں رہتے ہوئے ہم نے سب کام کرنے ہیں. ہمیں سیاست یا نظام حکومت میں پابند نہیں کیا گیا. انسان دنیا میں اللہ کا نائب اور خلیفہ ہے ان حدود میں رہ کر بھی ہمیں کافی ساری آزادیاں ہیں جن میں رہ کر ہم نے اپنے ملک کا نظام بنانا ہے. اللہ نے اس میں کچھ چیزیں اپنے نائب پر بھی چھوڑی ہیں، اسکو پابند نہیں کیا، تا کہ وہ ضروریات کے مطابق ان کا فیصلہ کرے. اسلام میں طرز حکومت کا سبق ہمیں خلفائے راشدین کے دور میں ملتا ہے.

قرآن پاک میں اللہ رسول ﷺ اور حاکم وقت کی اطاعت کا حکم ہے. خود رسول پاک بھی مشورے سے کام کیا کرتے تھے، جس کی ایک واضح مثال جنگ احد میں ملتی ہے. جس میں خود آپ کی مرضی جنگ مدینے میں رہ کر لڑنے کی تھی. مشہور منافق عبداللہ بن ابی کی بھی یہی رائے تھی مگر جوشیلے نوجوانوں کی بڑی اکثریت کی رائے باہر میدان میں جا کر لڑنے کی تھی، اور اسی رائے پر عمل کیا گیا.

ایک عجیب سا سوال اکثر میرے ذہن میں آتا ہے کہ کیا خلفاء راشدین کے بعد ہمیں کوئی بھی حاکم باشرح نہ ملا کہ ہم مسلمانوں نے اس قرآنی حکم کے تحت اس کی سربراہی مانی ہو، اور اگر نہیں مانی تو کیوں. میں ذاتی طور پر یہ سمجھتا ہوں کہ مسلمان ریاستوں کے سربراہوں میں کئی سربراہ ایسے تھے جو حاکم باشرح تو نہ تھے لیکن ان میں کئی ایسی خوبیاں تھیں کہ ہمیں ان کا ساتھ دینا چاہئے تھا.

پاکستان میں ہمیں سب سے زیادہ ضرورت ایک مستقل نظام کی ہے تاکہ جو بھی سربراہ مملکت آئے یا جائے نظام موجود رہے اس کے بعد ہی سب ترقی ہوگی اور غیر یقینی کا خاتمہ ہوگا، ورنہ وہی کیفیت رہے گی کہ گاؤ آمد کہ خر رفت. پاکستان میں جمہوریت کے نہ چل سکنے کی ایک واضح دلیل یہ بھی ہے کہ عوام جس چیز کے پیچھے لگ جاتے ہیں اسی چیز کو حکومت کو بلیک میل کرنے میں استعمال کیا جاتا ہے. اس کی مثال ہمارے ملک میں کالا باغ ڈیم وغیرہ ہیں. دوسری طاقتیں اور اپوزیشن حکومت کو بلیک میل کرتی ہیں اور جب وہی اپوزیشن والے حکومت میں آ جائیں تو پھر نئی اپوزیشن (پرانی حکومت والوں) کے ہاتھوں پھر بلیک میل ہوتی ہیں، اور یہ کام جتنے بھی ضروری ہوں نہیں ہونے پاتے. پھر صوبوں والے ہی حکومت کو بلیک میل کرنے سے باز نہیں آتے، نیشنل سوچ کی عدم موجودگی (جس کی بنیاد دراصل انصاف کا میسر نہ ہونا ہی ہے) کی وجہ سے ایسے ضروری کام نہیں ہونے پاتے، اور ترقی نہیں ہوسکتی. 1999ء تک موجود رہنے والی قسم کی جمہوریت میں یہ کام کبھی بھی نہ ہو پائیں گے. ہر اپوزیشن کا کام ہمارے ملک میں سبز باغ دکھا کر عوام کے ووٹ حاصل کرنا ہوتا ہے عوام ان سبز باغوں کو ملک کے مسائل اور وسائل کی سمجھ نہ ہونے کی وجہ سے مان لیا کرتے ہیں.

فلاسفر تعلیم کے بغیر جمہوریت کو حدود کے بغیر منافقت کہتے ہیں. بیسویں صدی کا مشہور فلاسفر ویل ڈیورینٹ جمہوریت کے بارے میں کہتا ہے "غالباً ایک ہوشیار اقلیت ایک کم ہوشیار اکثریت پر ہمیشہ حکومت کرتی رہے گی. ہمارے پاس کوئی ایسا نسخہ نہیں جس کے ذریعے جمہوریت قدرت کے اس غیر منصفانہ فرمان کی خلاف ورزی کرنے لگے". یہ جمہوریت کی ایک بڑی صحیح تشریح ہے. جمہوریت کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ نہ تو موجود حالات اور نہ ہی تاریخ سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ اکثریت حکومت کرتی ہے یا کبھی اکثریت نے حکومت کی ہے.

پاکستان میں نیشنل سوچ عام کرنے کی بھی ضرورت ہے یعنی ہم لوگوں کو ہر کام جس میں ملک کا نقصان ہو، اس سے گریز کرنا چاہئے اور ہر کام جس میں ملک کا فائدہ ہو، وہ کام کرنا چاہئے. چھوٹے سے چھوٹے کام میں بھی یہ اصول مدنظر رکھنا چاہئے. اس کام کو نیکی اور فرض سمجھ کر کریں. اس نظریے کے بغیر قومیں ترقی نہیں کیا کرتیں. ہمیں اپنے ملک میں قوم کا فائدہ کرنے والے فرد اور خصوصاً سیاسی رہنما کو عزت کی نگاہ سے دیکھنا ہوگا. جس عزت کی بنیاد آج کل پیسہ، حیثیت یا تعلقات ہی بن چکی ہے. قومی سوچ کے اس نظریے کو ہمارے ماضی کے کچھ رہنماؤں نے بری

طرح نقصان پہنچایا ہے جس کی وجہ سے لوگوں کا اس نظریے پر اعتماد نہیں رہا. مگر ہمارے رہنماؤں سے قطع نظر ہمیں اپنی اپنی حد اور طاقت کے حساب سے یہ کام کرنا چاہئے. نیشنل انٹرسٹ کی خاطر ہمیں دوسری چیزوں کی قربانی دینی ہوگی. ہمارا انتظامی نظام بھی فرسودہ اور پیچیدہ ہے، اسے ختم ہی کرنا بہتر ہے. پاکستان میں زمین کی کم از حد چھ مربع کرنی ہی زراعت کو ترقی دینے کا ایک اچھا طریقہ ہے. (پیچھے کاروبار کے باب میں چھوٹے کسان یا زمیندار کی مشکلات کی مثال موجود ہے) دولت کی غیر مساوی تقسیم کے ساتھ کوئی حکومت بھی لمبا عرصہ کامیابی سے نہیں چل سکتی. گو امیر اور غریب میں فرق مکمل طور پر ختم کرنا ناممکن ہے مگر یہ فرق بہت زیادہ بھی نہیں ہونا چاہئے.

غیر یقینی (Uncertainty) کرپشن کی ماں ہوتی ہے اس کی موجودگی میں ملک میں سونے کے پہاڑ بھی ختم ہو جایا کرتے ہیں. ہماری یہ جمہوریت غیر یقینی کے سوا کچھ نہیں دیتی. مشکل مسائل سے ایمپریس ہو جانے (ڈر یا دب جانے) سے مسائل ناقابل حل ہو جاتے ہیں، ہمارے سیاست دان مسائل سے ایمپریس ہو چکے ہیں. پھر مغرب کی جمہوریت تیسری دنیا کے ملکوں میں نہیں چلا کرتی. موجودہ حالات میں یہاں پر بادشاہ یا ڈکٹیٹر ہی کامیاب رہ سکتا ہے. جسے کم از کم یہ یقین ہوتا ہے کہ اسے آسانی سے ہٹایا نہیں جا سکتا. آپ جاپان کو چھوڑ کر کسی بھی تیسری دنیا کے ملکوں کی مثال دیں جہاں جمہوریت کامیابی سے چل رہی ہو. جاپان میں بھی بادشاہت ہے اور سوشل سیکورٹی والے ملکوں سے بھی بہتر مالی حالات ہیں. بہر حال یہ ایک مانی ہوئی حقیقت ہے کہ پچھلی طرف کی جمہوریت ہمارے ملک میں نہیں چل سکتی.

پیسے کی موجودگی میں ہر نظام صحیح چلتا رہتا ہے، مگر ہر نظام پیسے کمانے کی گارنٹی نہیں دیتا. انصاف، امن اور حفاظت کم سے کم خرچوں میں دینے والا نظام ہی بہترین نظام کہلاتا ہے. اس نظام میں انتظامی پیچیدگیاں بھی کم سے کم ہونی چاہئیں. ٹیکس دہندگان میں سے پاکستان میں کوئی تیس فیصد لوگ ہی ٹیکس دیتے ہیں، اگر یہی نظام صحیح ہو جائے تو روپے پیسے کا مسئلہ بڑی حد تک حل ہو جائے گا. اگر بنکوں کا نظام ہی صحیح اور یقینی بن جائے تو یہاں پر روپے پیسے کی افراط ہو جائے گی. انصاف کی عدم موجودگی میں یہ دونوں کام صحیح طرح سے کبھی نہ ہو پائیں گے. پاکستان میں ٹیلی فون جتنا مہنگا ہے، اگر محکمہ ٹیلی فون کو ہی کرپشن سے پاک (یا بہت کم) کر لیا جائے تو PTC کے ایک اہم آفیسر کے اپنے بیان کے مطابق پھر ٹیکس لگانے (کوئی بھی ٹیکس) کی

ضرورت ہی نہیں رہے گی.

پاکستان میں کشمیر کا مسئلہ حل ہونا لازمی ہے، پھر ہمیں مختلف صوبوں میں لا اینڈ آرڈر کا نظام صحیح کرنا ہوگا. صوبے کے لوگوں کو تعلیم کے برابر مواقع فراہم کرنے ہوں گے. صوبوں میں باہمی اتحاد بڑا ضروری ہے، اختلاف کے باوجود متحد رہنے کو ہی اتحاد کہا جاتا ہے. پاکستان میں ہمیں تیس سالہ منصوبہ بنا کر اس میں دس دس سال کے تین حصے کرنے چاہئیں، یہی ایک طریقہ باقی رہ گیا ہے. پہلے دس سالوں میں ملک کے ادارے بنائے جائیں گے، ان کی سب خرابیاں دور کی جائیں گی بیمار حصے کاٹ کر پھینکے جائیں گے، اس میں ملک کے بگڑے ہوئے لوگ شور مچائیں گے، ان کا صحیح "بندوبست" کیا جائے. ایک صحیح ٹیم بنا کر اہم محکموں کو اس کے کنٹرول میں دیا جائے گا. دوسرے دس سالہ منصوبے سے پہلے سب صفائی اور لوگوں کی ذہنی (اور عادتوں کی) ٹریننگ ہو چکی ہوگی، اس میں اداروں کو بڑھایا جائے گا. تیسرے دس سالہ منصوبے میں پاکستان میں ہر شے اوپن کردی جائے گی، جیسے فری پورٹ میں ہوتی ہے. یہ سب کچھ ہونے کے بعد ملک بڑی مضبوط بنیادوں پر کھڑا ہوگا. بنیاد صحیح صاف اور مضبوط ہونی سب سے اہم چیز ہوتی ہے. اس منصوبے پر پہلے بہت محنت کرکے پھر اس کو عمل میں لانا ہوگا، ورنہ پرانے نظام کی جڑ کٹنے کے بعد اگر یہ لمبا منصوبہ بھی فیل ہوگیا تو پھر ہر چیز پہلے کی طرح دوبارہ شروع نہیں ہو پاتی.

خود یورپ والے اپنے ادارے وغیرہ بنا کر انہیں دوسرا قدم دیے بغیر ہی تیسرے قدم میں لے آئے. جس کی وجہ سے یہاں بہت سی کمیاں رہ گئی ہیں. گو ان کا پیسہ ان خامیوں پر پردہ ڈالے ہوئے ہے. ہماری موجودہ جمہوریت میں جو لوگ بھی حکومت سے باہر ہوتے ہیں وہ سب مل کر جائز و ناجائز طریقے سے حکومت کے ہر کام میں روڑے اٹکاتے اور اسے اکھاڑنے کی کوشش (ہر جائز و ناجائز) میں کبھی اتحاد بناتے کبھی توڑتے اور ہر طریقہ آزماتے ہیں. حکومت والے ان سے بچنے کے چکر میں ہی سامراجی طاقتوں (اندرونی اور بیرونی) کے ہاتھوں بلیک میل ہوتے ہیں، ہر بار یہی کھیل دھرایا جاتا ہے. یہ نظام یہاں پر کبھی نہیں چل سکتا. موجودہ حالت میں آہستہ مرنے کا انتظار کرنے کے بجائے خودکشی ہی بہتر ہے، کہ کچھ تو کیا جائے.

زمانہ قدیم سے ملک کی خوشحالی کا ایک ہی طریقہ رہا ہے، ٹیکس کم سے کم ہوں برآمدات زیادہ سے زیادہ اور امن و امان بحال رہا کرے. پاکستان میں سو بڑوں (جو ملک کو چلانے والے اہم لوگ ہوتے ہیں) میں سے بڑی تعداد کو مثبت سوچ کی اہمیت اور اس کی ٹریننگ دینی

بڑی ضروری ہے. اوپر کے لوگ جو کچھ کریں نیچے والے وہی کچھ کرنے لگ پڑتے ہیں. پھر اسی ٹریننگ کو ہمیں اوپر کے دو تین ہزار لوگوں تک لے کر آنا ہے، پھر ہماری قوم تیار ہو جائے گی. ایک محاورا ہے کہ جب چیلا تیار ہو جاتا ہے تو گرو آ موجود ہوتا ہے، جب قوم تیار ہوگئی تو لیڈر خود ہی مل جائیں گے. ایوب خان کے دور میں جو بڑی تیزی سے معاشی ترقی ہوئی اس کے رکنے کی ایک بڑی وجہ یہ بھی تھی کہ ہماری قوم اس کے لئے تعلیمی، ذہنی اور روحانی طور پر تیار نہ تھی. ہم اس وقت ان چیزوں میں خاصے کمزور تھے.

جب کوئی قوم ذہنی اور روحانی طور پر تیار ہو جایا کرتی ہے تو پھر کوئی نہ کوئی صحیح لیڈر سامنے آ جایا کرتا ہے. ذہنی و روحانی طور پر مضبوط قوم کے پاس خیر و برکت خود ہی آ جایا کرتی ہے جس طرح ایسی ہی صفات کے حامل گھروں میں پیسہ و تہذیب آ جاتی ہے. دراصل سارے ملک کے عوام کی متحدہ سوچ کا اثر پورے ملک پر پڑتا ہے، ناامید اور مایوس رہنے والی اور یقین سے خالی قوم کی کبھی ترقی نہیں ہوا کرتی. متحدہ سوچ کا قوم کی تقدیر پر پوری طرح اثر ہوا کرتا ہے. جب اس سوچ میں ناامیدی مایوسی اور غیر یقینی کی زیادتی ہوتی ہے تو پھر وہ ملک و قوم تنزل کا شکار ہو جاتی ہیں، پر امید اور یقین سے بھرپور سوچ کی صورت میں وہاں سکون و ترقی کا دور شروع ہو جایا کرتا ہے. اقبال فرماتے ہیں.

یقین افراد کا سرمایہ تعمیر ملت ہے
یہی قوت جو صورت گر تقدیر ملت ہے

اس متحدہ سوچ کے قوم پر اثر والے خیال کو مغرب کے فلاسفروں نے بھی مانا ہے. ہمیں اس چیز پر ابھی سے کام کرنا ہوگا. انشاءاللہ میری یہ کتاب اس طرف ہمارا پہلا قدم ہوگی. اکیلا لیڈر بھی قوم کو سہارا دے سکتا ہے، مگر ایسا کرنے کی صورت میں لیڈر کے جانے کے بعد پھر سے کام بگڑ جایا کرتا ہے، اس لئے قوم کو تیار کرنا ہی بہتر اور مستقل صورت ہے. ارسٹوکریٹ طبقے کا نعم البدل بھی یہی دو تین ہزار لوگ ہوں گے.

حالات جیسے بھی ہوں، ہمیں یہ ٹریننگ ابھی سے شروع کرنی چاہیے پھر مسائل خود ہی حل ہونے لگ پڑیں گے. یہ میں کوئی ہوائی بات نہیں کر رہا، گہرا سوچنے والے اس پر غور کریں تو یہ بالکل صحیح اور حقیقت مندانہ بات ہے. مغرب میں بھی اس چیز کے جا بجا ثبوت ملتے ہیں. کیونکہ مغرب کے ملکوں میں یہ کام عرصے سے ہو رہا ہے. ابھی پچھلے ماہ ہی ہالینڈ کا ایک ماہر روس کے

بڑوں کو یہ تربیت دینے ماسکو گیا تھا. ٹیلی ویژن جو معلومات اور تعلیم کا ایک اچھا ذریعہ ہے، اس میں نئے نئے ہر قسم کے معلوماتی (علمی سائنسی، روحانی دستاویزی فلمیں و پروگرام) پروگرام ضرور آنے چاہئیں اور نئی نئی دریافتوں کا بھی لوگوں کو علم ہونا چاہئے. ٹی وی قوم کی ذہنی تعلیم اور نشوونما میں بڑا اہم کردار ادا کرسکتا ہے. ہر قسم کی تعلیم ایسی رکھی جائے کہ ہر کوئی اسے حاصل کر سکے اور اس کا معیار اتنا اچھا ہو کہ یہاں کا پڑھا ہوا دنیا کے کسی بھی معیار پر مقابلہ کرسکتا ہو. یہ کوئی مشکل بات نہیں ہے، لیکن بہت اہم ہے.

کل سب سے زیادہ قدر ذہن کی ہوگی اور شاید اس سے بھی زیادہ روحانیت والوں کی در حقیقت یہ چیزیں اکٹھی ہی چلتی ہیں. ٹیکنالوجی میں بنیادی چیزوں جیسے دھاتوں اور لوہے کا علم (Metallurgy) ہماری اہم ضرورت ہے، بنیادی پرزے اور بال بیرنگ وغیرہ سب چیزیں اچھی کوالٹی کی ہوں گی تو پھر ہی بڑی چیزیں (کار، جہاز وغیرہ) صحیح بن سکیں گی.

تعلیم ایک اہم چیز ہے. ہمیں نظام الملک طوسی کا واقعہ یاد رکھنا چاہئے جنہوں نے بادشاہ کے دیے ہوئے سب پیسے سکولوں پر خرچ کر دیے تھے اور بادشاہ کے پوچھنے پر بتایا کہ ان سکولوں سے ایسے نوجوان تیار ہوں گے جن کے تیر ستاروں سے بھی اوپر جائیں گے. صحیح اور سستی تعلیم ہی ہر قوم کی اہم ترین ضرورت ہوتی ہے. تعلیم یافتہ انسان دوسروں سے بہتر ور کر ثابت ہوتا ہے، جلدی سیکھتا ہے، اسے جذباتی نعروں اور جھوٹے وعدوں سے کم ہی ورغلایا جاسکتا ہے. اس کی اولاد بھی کم ہوتی ہے. ہمیں سیاست دانوں کے لئے تعلیم لازم (بلکہ سیاسی تعلیم) کرنی ہوگی تاکہ پھر آہستہ آہستہ اناڑی سیاست میں سے بھاگ جائیں. تعلیم میں ٹیچنگ، طب، کمپیوٹر اور انٹرنیٹ وغیرہ میں عورتوں کو خصوصاً زیادہ مواقع دیے جانے چاہئیں کہ ایسے کام عورتوں کے مزاج کے مطابق ہوتے ہیں. تعلیم ہی آبادی کو کنٹرول کر سکے گی اور لوگوں کو ان کے حقوق کا علم دے گی.

ہمارے ملک میں لوگ ان 80 ارب روپے کے قرضوں کو روتے رہتے ہیں جو کہ بینکوں کے غلط قرضہ دینے کی وجہ سے ڈوبے ہوئے ہیں. مگر ہر سال تقریباً دس فیصد کے حساب سے رقم کا (Devalue) ہونا ایک بار میں ہی کوئی (200) ارب روپے کا نقصان کر جاتا ہے، جو کہ ہر سال کیا جاتا ہے. اس کا حل کرنا اہم ضرورت ہے (گو بنکوں کی ڈوبی ہوئی رقم کی وصولی احتساب کے نظریے سے کرنا ایک اہم قومی ضرورت ہے).

مت بھولیں کہ مغرب کی تمام تر ترقی کی بنیاد تعلیم ہی ہے. ہماری نظر ملک میں پیسہ لانے تک ہی لگی رہتی ہے کہ کسی طرح یہ آنے لگ پڑے. مگر ہمیں ابھی سے یہ بھی سوچنا ہوگا کہ ہمارا ملک ''پیسہ ٹھہرنے'' کی جگہ بھی بن سکے. ورنہ سب کا سب پیسہ واپس سوئیزرلینڈ کے بینکوں میں چلا جایا کرتا ہے. حالات بظاہر خاصے خراب نظر آرہے ہیں، مگر انشاءاللہ پاکستان کچھ مدت کے بعد اچھے دن ضرور دیکھے گا. خود یورپ اور امریکہ میں اب خلا پیدا ہوگیا ہے. پہلے یورپ ملک روس سے ڈر کر امریکہ کے پیچھے لگے ہوئے تھے، اب روس کا ہوا ختم ہونے کے بعد ان کی آپس میں کولڈ وار شروع ہو چکی ہے. گو کچھ نیک مقاصد میں دونوں اکٹھے ہیں، آج کل یہ دونوں مل کر چین اور جاپان کے خلاف مقدس جنگ میں مصروف ہیں.

قلندر کے کہنے کے مطابق امریکہ اپنے میکڈانلڈ (Macdonald) ہمبرگر (Hamburger) اور کوکا کولا سمیت چین پر حملہ آور ہو چکا ہے تاکہ پہلے ان کو موٹا کرلے پھر مارنے میں آسانی رہے گی. چینیوں کی خوراک میں کیلوریز بہت کم ہوتی ہیں اور خاصی صحت بخش ہوتی ہے، لیکن ایسے کھانے کھا کھا کر ان کے معدے موٹاپے والی خوراک کے عادی نہیں رہے. اس لیے یہ نئی خوراک ان کو تیزی سے موٹا کر رہی ہے.

یورپ والے امریکہ کے ڈالر کے مقابلے میں اپنا Euro چلا رہے ہیں. اب ان دونوں کی اصلی کولڈ وار جو کہ پیسے کی اور بالکل جائز ہے، شروع ہو چکی ہے اور یہ جنگ آسانی سے ختم نہیں ہوسکتی. متحدہ یورپ والوں کی نظریں روس پر لگی ہوئی ہیں، روس کے سائبیریا وغیرہ میں محفوظ تیل و گیس وغیرہ کے ذخائر انکو اپنی طرف کھینچ رہے ہیں. اس سلسلے میں یورپین مشرقی یورپ کے ممالک پولینڈ وغیرہ کو ساتھ ملا کر روس کے راستے میں موجود رکاوٹیں ختم کر رہے ہیں. یورپین یونین والے روس کو ساتھ ملانے کے خیال میں ہیں، گو انہوں نے اسے خفیہ کر رکھا ہوا ہے. مگر امریکہ کبھی یہ پسند نہیں کرے گا کہ یورپین اس سے زیادہ طاقتور ہو جائیں. اس لیے اس مسئلے پر ان کی سرد جنگ خاصا زور پکڑے گی.

اسی طرح یہ بھی امکان ہے کہ چین اور جاپان بھی اکٹھے ہو جائیں. مگر ابھی انہیں اس پر 20 یا 25 سال کام کرنا ہوگا. اس مسئلے پر بھی جاپان اور امریکہ کی رسہ کشی جاری رہے گی. حالانکہ روس کے حالات دیکھتے ہوئے کچھ گہری نظر والوں کی اور خود میری رائے یہ ہے کہ اسے سیدھا کرتے کرتے خود سارے یورپ کا بیڑا غرق ہو جائے گا. سولہ کروڑ بندوں والے وسیع و عریض ملک کو

سوشل سیکورٹی نظام کی عدم موجودگی میں صحیح نہیں چلایا جا سکتا. بھوکے برفانی ریچھ کو کھلانا بھی آسان نہیں اور آبادی سے دور کیسے رکھا جائے، یہ مسئلہ بھی ہے. اس لیے اسے ساتھ ملانے کی کوشش ہو رہی ہے.

پاکستان جغرافیائی طور پر ایسے خطے پر واقع ہے جس کی بڑی اہمیت ہے. ہم چین اور ہندوستان کے بیچ میں کھڑے ہیں اور بڑی طاقتوں کی نظر ان دونوں بڑے ملکوں پر ہے. پاکستان کو اس بارے میں بہت توجہ اور احتیاط کی ضرورت ہے "ہماری قسمت کا دارومدار بڑی حد تک اس چیز پر ہے." ویسے تاریخ کا رخ بدلتے ہوئے دیر نہیں لگتی، ایک واقعہ تاریخ کا رخ موڑ دیتا ہے. جیسے اگر ہٹلر یا نپولین روس پر حملہ نہ کرتے تو کیا ہوتا. مسلمانوں کی تاریخ میں حضرت ابوموسیٰ اشعریؓ اور حضرت عمرو بن عاص کے درمیان خیمے میں کیے گئے فیصلے کا اعلان اگر حضرت ابوموسیٰ اشعریؓ کرتے تو کیا ہوتا. یا شاہ بایزید یلدرم اور امیر تیمور آپس میں ایک خط کی وجہ سے نہ لڑ پڑتے تو یورپ کا کیا بنتا. ہمیں ان واقعات کی مخفی وجوہات معلوم نہیں ہیں، لیکن کوئی چیز بھی اتفاقیہ نہیں ہوتی. تاریخ میں ہٹلر کا واقعہ ابھی کافی ہے جب وہ پورے یورپ پہ قبضہ کر چکا تھا اور برطانیہ والے سب امید چھوڑ چکے تھے، ہٹلر کے طیارے اور V-2 میزائل لندن پر دن رات حملے کرتے تھے. انگلینڈ والوں کو بچانے والی کوئی طاقت سامنے نہیں تھی. اس وقت چرچل نے اپنی قوم کو پیغام دیا تھا کہ چرچوں میں جمع ہو کر دعائیں مانگو.

ان دنوں دن میں کئی بار چرچ کی گھنٹیاں بجائی جاتی تھیں. اس کے دو ہفتے کے بعد ہی ہٹلر کا دماغ پھر گیا تھا اور اس نے روس پر حملہ کر دیا تھا. جہاں پر کچھ عرصے کے بعد ہی نپولین کی طرح اس کی فوجیں برف میں پھنس گئی تھیں اور ان کو شکست کا منہ دیکھنا پڑا تھا. جب ایک بیوقوفی ہوتی ہے تو پھر ان کی قطار لگ جاتی ہے.

اوپر بیان کردہ واقعہ فیتھ کے استعمال کی ایک اچھی اور زندہ مثال ہے.

آج کل ہتھیاروں کی جنگ کا نہیں، پیسے اور ٹیکنالوجی کی جنگ کا وقت ہے، لیکن ایک واقعہ آج بھی تاریخ کا رخ بدل سکتا ہے. آج کل ٹیکنالوجی بڑی رفتار سے مختلف ملکوں میں شفٹ ہو رہی ہے. اس کے علاوہ ہماری قوم میں ملک کے بارے میں تعمیری سوچ کو جگانا ہوگا جو کہ ایک لیڈر ہی کر سکتا ہے. ہم ابھی تک قوم ہی نہیں بنے سندھی، بلوچی، پٹھان، مہاجر اور پنجابی ہی رہے. علامہ مشرقی نے کہا کہ جب بھی کسی قوم کا عروج ہوا وہ فرد واحد کے ذریعے ہی ہوا.

قوم کے رہنما کی کچھ صفات ہوتی ہیں جن کی بڑی اہمیت ہوتی ہے ان صفات کو پیشہ ور لکھنے والے لفظوں کے پہلوان (ومداری) کچھ اس طرح لکھیں گے "ہمیں اس وقت ایک ایسے رہنما کی ضرورت ہے جس کی دور اندیش نظر مستقبل کے اندھیروں میں چھپے امکانات و خطرات کو بھانپ سکے، جس کی حالات پر مکمل گرفت ہو اور اس کا آہنی ہاتھ وقت کی نبض پر ہو."

کڑوی کٹھن حقیقت کی دنیا میں ایسا رہنما شاذ و نادر ہی ہوا کرتا ہے، ایسے رہنما پیغمبر ہی ہوا کرتے تھے. تاریخ کو غور سے پڑھا جائے تو معلوم ہوگا کہ اس میں آہنی ارادے رکھنے والے ذہین افراد جن کا وقت اور قسمت نے ساتھ دیا تھا، وہی اپنا نام بڑے لوگوں میں لکھوا پائے ہیں. لیڈر کی صفات کو اللہ کی صفات (یا اس سے کم پیغمبر کی صفات) لکھ کر جان چھڑا لینا بھی میرا مقصد نہیں ہے. لیڈر کی اہم ترین صفات مندرجہ ذیل ہیں.

خود اعتماد، مضبوط ارادے (Strong Will Power) کا "مستقل مزاج" اور تعریف سے خوش نہ ہو. تنقید سے ناراض نہ ہو. اپنی غلطی تسلیم کرتا ہو. بڑے کردار کا مظاہرہ کرے اور Dynamic پرسنالٹی والا ہو. کسی دوسرے فرد یا کسی بھی مشکل صورتحال سے دبتا یا رعب میں نہ آتا ہو. اسے یقین ہو کہ وہ اپنے ملک و قوم کو ترقی کی راہ پر چلا سکتا ہے. مسائل کو مختلف پہلو سے دیکھ سکتا ہو. اس کا ویژن براڈ Broad ہونا چاہئے. اچھی ٹیم بنانا جانتا ہو. اپنے کام (ملک کی سیاست اور کسی حد تک دنیا کی سیاست کو بھی) سمجھتا ہو. پھر سب سے اہم صفت اس کا خوش قسمت ہونا ہے، جس کے بغیر کوئی شخص بھی کچھ زیادہ نہیں کر پاتا. خوش قسمتی کیا ہے، یہ پیچھے بیان ہو چکا ہے کہ اپنے اندر موجود روحانی توانائی کے ذخیرے کو بڑھانا، اسے اسباب کے ساتھ اور مثبت سوچ کی مدد سے کام میں لانا ہے. اس کام کے لیے کسی روحانی یا مذہبی شخصیت کی دعا سے بھی فائدہ اٹھانا چاہئے. صحیح روحانی شخصیت کی موجودگی میں اس کی روحانی توانائی لیڈر کی توانائی میں اضافے کا سبب بنتی ہے، پھر خوش قسمتی اس کا ساتھ دیتی ہے.

ماضی کے ہر بڑے رہنما کا وقت اور خوش قسمتی نے بہت حد تک ساتھ دیا تھا. بنیادی ذہانت اور مضبوط ارادہ ہو تو اقتدار کی کرسی خود بہت بڑی استاد ہے، انسان وہاں بہت کچھ سیکھ جاتا ہے. چمچوں کو پہچاننا (خصوصاً ہمارے ملک میں یہ لازمی ہے) جو کبھی پین لگا کر، کبھی مذہبی ٹوپی پہن کر، کبھی سفید پوش بن کر بیٹھ کر، پاس آ کر چند ماہ اس کی حرکات و سکنات دیکھتے رہتے ہیں اور پھر لیڈر کی کمزوریوں سے واقف ہو کر اس کا گھیراؤ کر لیتے اور آخر کار اسے اندھا کر کے

چھوڑتے ہیں. لوگوں میں ضروریات، دوستی، ریسپکٹ، اتھارٹی، ہر چیز کا اپنا اپنا وزن اور اہمیت ہوتی ہے ساتھیوں کے اتحاد کا خاص خیال رکھے. گھر کے بھیدی ہی لنکا ڈھاتے ہیں.

اختلافات کے باوجود اکٹھے رہنے کو ہی اتحاد کہا جاتا ہے اور پہلوان ہی پہلوان کا ویری ہوتا ہے. یعنی جو خود کو لیڈر سمجھتا ہو ہی اس کا دشمن بنے گا، گو ایک کہاوت یہ ہے کہ یا اچھے رہنما بنو یا اچھے رہنما کے پیچھے لگ جاؤ.

اور اسے خود کو خوش قسمت ماننا چاہئے پھر ہی وہ خوش قسمت بن سکتا ہے. تاریخ پڑھنے سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ تقریباً ہر بڑا آدمی یا خود روحانی تھا یا اس کے پاس کسی نہ کسی بڑی روحانی شخصیت کی موجودگی ملتی ہے. سکندر اعظم ہو، محمود غزنوی یا نپولین ان سب کے پاس ایسی روحانی شخصیت موجود تھی. چنگیز خان خود ایک روحانی آدمی تھا. (ایسی شخصیت کی دعا اور اثر لیڈر کو لکی بنا دیتا ہے.)

موجودہ دور کے لیڈروں میں اندرا گاندھی کے پاس یہی کام اس کا یوگا کا استاد کرشنا مورتی کر رہا تھا (اندرا گاندھی زیادہ ذہین یا باصلاحیت نہ ہونے کے باوجود خوش قسمت ضرور تھی) گو ہمارے ملک میں یہی کام بالوں کی چھڑیاں کھانے تک محدود رہا ہے. ہمارے ملک میں یہ کام ہمارے لیڈر مجذوبوں اور بابوں سے لیتے رہے ہیں، ان کے پھیرے وہاں سے ختم ہی نہیں ہو پاتے. حالانکہ کسی ایک اچھی روحانی شخصیت (جو مخلص ہو اور لالچی نہ ہو) کے پاس موجودگی یہ کام بہت طریقے سے کر سکتی ہے. اس کو پہچاننے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ اس کی دعا میں اثر ہونا چاہئے.

ملکی سیاست کو سمجھنا اس طرح ہے کہ ہمارے ملک کی سیاست میں فوج (سب سے بڑی، منظم، طاقتور سیاسی جماعت جس کے منہ اقتدار کا خون لگ چکا ہے، مگر جو ہماری آخری امید بھی ہے)، بڑے کاروباری لوگوں یا صنعتکاروں (یعنی سفید پوش، ہوشیار مجرموں اور ٹیکس چوروں، مگر چندہ دینے کا کاروبار کرنے والوں)، مذہبی طاقتوں (ہمارے یہاں فی سبیل اللہ فساد والے جو آپس میں لڑنا نہیں چھوڑ سکتے اور آپس میں کبھی بھی لمبا اتحاد نہیں کر پاتے) طالب علموں (پر جوش اور تازہ گرم خون رکھنے والے جن کو جلد ہی بھڑکایا جا سکتا ہے)، مزدور طبقہ (جو کبھی مطمئن نہیں ہوتا مگر کمیونزم کے فیل ہو جانے کے بعد ان سے ڈرنے کی ضرورت نہیں رہی)، کسان (ایسی ہمیشہ سے پسی ہوئی قابل رحم ترین شخصیت جو کبھی انقلاب نہیں لا سکی اور جس کی

پروا کرنے کی کوئی ضرورت نہیں)، اخبارات والے (پیشہ ور بلیک میلر جن کے منہ میں ہڈی ڈالنے پر بھی بند نہیں ہوتے) دانشور (جسے قوم کی جان کہا جاتا ہے مگر ہمارے ملک میں ان کی اکثریت سونے کے بچھڑے کی پوجا کیا کرتی ہے)، انتظامیہ اور سی ایس پی (جو کوئی اچھا نہیں کر سکتے مگر ہر ایک کی راہ میں روڑے ضرور اٹکاتے رہتے ہیں. جب تک یہ ختم نہ ہوں گے ملک ترقی نہیں کر سکتا)، ان پر ایک نظر رکھتا ہو. لیڈر کا عوام کے ساتھ رابطہ رہنا لازمی ہوتا ہے.

دنیا کی سیاست سادہ لفظوں میں اسی طرح ہوتی ہے جس کی مثال فلاسفر میکاولی کی کتاب دی پرنس کے کردار سیزر بورجیا Ceaser Borgia میں ملتی ہے کہ طاقت کیلئے ہر اوچھا ہتھکنڈا، جوڑ توڑ، جھوٹے وعدے، سب کچھ استعمال ہوتا ہے. Dived and Rule مخالفوں کو رعب میں لانا، ذہنی طور پر دبا لینا، بلیک میل کرنا، سب کچھ استعمال ہوتا ہے. اس سیاست میں اخلاقیات کو سیاست سے جدا تصور کیا جاتا ہے اور اچھائی کی جیت اور برائی کی ہار پر بھی یقین نہیں رکھا جاتا. طاقت کو ہی نیکی اور سچائی سمجھا جاتا ہے.

گاندھی نے کہا کہ امن کبھی نہیں ہوتا، دو جنگوں کے بیچ میں جنگ کی تیاری ہوا کرتی ہے.

دراصل چند ایک پیغمبروں کی جنگیں چھوڑ کر شروع سے آج تک پیسے کی جنگ ہی چلتی رہی ہے، موجودہ دور میں روس اور امریکہ کی جنگ بھی یہی کچھ تھی. اسی جنگ میں کامیاب ہونے والا فاتح کہلاتا ہے اور یہ جنگ کبھی بھی ختم نہ ہوگی. بڑی طاقتیں اس جنگ میں اپنے کمزور مہرے بے دردی سے پٹا دیا کرتی ہیں.

آج کل ملک فوجوں کے ذریعے ختم کرنے کے بجائے انہیں مالی کالونی بنا کر وہی پرانا کام کیا جاتا ہے، اس کے لیے وہاں جنگیں بھی کرائی (Create کی) جاتی ہیں. پھر چند ایک اور ایسی صفات ہیں جن کا ہونا لیڈر کے لیے مددگار رہتا ہے جیسے دلیر ہونا، لوگوں کو مصروف رکھنا، سیکھنا، اپنے مسائل کے خول سے نکل کر لمبی سوچ سوچنا، وقت اور ہوا کا رخ سمجھنا فوری فیصلہ کرنا اور وقت سے چند سال آگے رہنا اس میں شامل ہے.

ماضی کے کچھ کامیاب لیڈروں نے مذہبی لبادہ بھی اوڑھا ہوا تھا. خود کوئی آدمی بھی ہر چیز کا ماہر نہ بن سکا اور نہ بن سکے گا. اسے اتنا بنیادی علم ضرور ہونا چاہئے کہ اس کے ساتھی اسے چکر نہ دے سکیں اور وہ ان سے ان کی متعلقہ لائن (یا محکموں) کے متعلق معلومات لے کر خود کامن سنس سے کام لے کر فیصلہ کر دیا کرے. بنیادی ذہانت ہونا اہم ہوتا ہے.

میں اس سلسلے میں ایک دلچسپ واقعہ سنانا چاہتا ہوں کہ ہمارا ایک جاننے والا شخص ہانگ کانگ کی طرف گیا، وہاں وہ اکثر گاڑی میں پٹرول ایک خاص پٹرول پمپ سے ڈلوایا کرتا تھا. ایک دن اس نے وہاں ایک نوجوان چینی کو دیکھا جو کپڑے کے ساتھ پٹرول ڈلوانے والی گاڑیوں کے شیشے صاف کر رہا تھا. پھر دو تین ہفتے کے بعد اس نے دیکھا کہ یہی نوجوان وہاں سائیڈ پر موجود پنکچر والے کی دوکان میں چھوٹی موٹی مدد کر رہا تھا.

پھر چند ہفتے کے بعد یہی نوجوان گاڑی دھونے کے سسٹم میں مدد کرتا نظر آیا. اس کے دو تین ہفتے کے بعد یہی نوجوان کاروں میں پٹرول ڈالنے کا کام کر رہا تھا. ہمارے واقف کے لیے تعجب کا وقت وہ تھا جب اس نے اسی نوجوان کو کاؤنٹر کے پیچھے مالک کی جگہ پر بیٹھ کر گاہکوں سے پیسے وصول کرتے دیکھا. وہ اسے پوچھنے لگا کہ اس نے اتنی جلدی ترقی کیسے کر لی کہ وہاں ہر طرح کا چھوٹا موٹا کام کرتے کرتے وہ تقریباً چھ ماہ کے اندر ہی مالک بن گیا ہے. وہ نوجوان بولا "میں جب گاڑی کے شیشے صاف کرتا تھا اس وقت بھی میں مالک تھا. میں دراصل مالک کا بیٹا ہوں، میرے باپ نے مجھے حکم دیا تھا کہ یہ سب کام خود کر کے دیکھو پھر یہ سب کام کرنے والے تمہیں دھوکا نہیں دے پائیں گے. اب میں ان سب کے کاموں، کرتوتوں اور ہیرا پھیری کا واقف ہو چکا ہوں."

یہ واقعہ ہمارے لیے سبق آموز ہے کہ ایسے کام کرنے والا ہی ان کاموں کی حقیقت اور مسائل کا واقف ہو سکتا ہے. لیڈر ایسے سب کام خود ہاتھ سے تو کرنے سے رہا، مگر اسے ایسے لوگ چننے چاہئیں جو اسی طرح اپنے کاموں کا تجربہ رکھتے ہوں اور وہ خود بھی اس معاملے میں احتیاط کرے. اپنے مقصد کی سچائی پر ہڈیوں تک یقین ہونا سب سے بڑا مددگار ثابت ہوا کرتا ہے. ان صفات میں سے لازمی نہیں کہ لیڈر میں یہ سب موجود ہوں، مضبوط ارادے والا خود اعتماد انسان جب اقتدار کی کرسی پر بیٹھ جاتا تو پھر بہت کچھ بڑی جلدی سیکھ جایا کرتا ہے، یہ کرسی بہت بڑی استاد ہے. صرف اسے چاہئے کہ وہ ملک کو ترقی کی راہ پر چلا سکتا ہے. یقین ہی ایک ایسی چیز ہے جو خوش قسمت بناتی ہے اور خود بخود راستہ ملتا جاتا ہے اور انسان خطرات سے لاشعوری طور پر بچتا چلا جاتا ہے. رعب داب والی شخصیت کی کامیابی کی مثال حضرت عمرؓ کے دور حکومت میں ملتی ہے جب ہر طرح کا امن و امان رہا اور لاکھوں مربع میل کا علاقہ مکمل طرح سے فتح ہو گیا. جب کہ صحابہ کرام میں سے دانش مند ترین شخصیت حضرت علیؓ کے دور میں ہر طرح کی افراتفری رہی اور

امن و امان بھی نہ رہ سکا، اس کی سب سے بڑی وجہ حضرت علیؓ کی نرمی و حلیمی تھی.

لیڈر کو دوستی، رعب اور خوف کے امتزاج سے کام لینا چاہئے. اور اہم بات یہ ہے کہ وہ تنقید سے ناراض نہ ہو اور تعریف سے خوش نہ ہوا کرے مگر ایسا کرنے والے کی نیت کو سمجھ لیا کرے.

ساری دنیا کے ملک اور خصوصاً تیسری دنیا کے ملک اس کوشش میں رہتے ہیں کہ دوسرے ملک ان میں سرمایہ کاری کریں، اور سرمایہ کار ملک بہتر اور موزوں ملک کی تلاش میں لگے رہتے ہیں. ان کے پسندیدہ ملکوں کی صفات مندرجہ ذیل ہیں.

وہاں پر مستقل نوعیت کا سیاسی نظام ہو، امن و امان کی صورتحال صحیح ہو، اس ملک میں انفراسٹرکچر Infrastructure بہتر حالت میں موجود ہو. پھر اس میں اتنا پیسہ اور لوگ موجود ہوں کہ وہ ایک اچھی منڈی بن سکے. اس میں اس ملک کی GDP انڈسٹریل پروڈکشن، درآمداد برآمدات میں توازن، ایکسچینج، لوکل کرنسی کی سٹیبلٹی بنکوں کے سود کی شرح (جو کم سے کم ہونا اچھا ہوتا ہے) اور سٹاک مارکیٹ کے انڈکس کو دیکھا جاتا ہے. ان میں سے اہم ترین چیز سٹاک مارکیٹ ہی گنی جاتی ہے، جو ملک کا بیرومیٹر کہلاتی ہے اور جس میں اوپر بیان کردہ سب چیزوں کا نچوڑ مل جاتا ہے. وہ ایسے ملک میں کبھی نہیں جاتے جہاں پر کوئی قانون تبدیل کر کے ان کا پیسہ لے لے.

اگر ہم اس لسٹ کو دیکھتے ہیں تو ہم اس لسٹ میں بہت پیچھے کھڑے ہیں ہمیں سب سے زیادہ توجہ ایک مستقل نظام پر دینے کی ضرورت ہے، پھر باقی چیزیں خود ہی صحیح ہوتی رہیں گی. قرضے ہر ملک پر ہوا کرتے ہیں پاکستان پر 1999ء میں 38 ارب ڈالر کے فارن قرضے تھے، اس کے مقابلے میں جرمنی پر اسی وقت 8 کھرب ڈالر کے قرضے تھے. پاکستان کے اندرونی قرضے ملا کر کل کوئی 80 ارب ڈالر کے لگ بھگ رقم بنتی ہے. جرمنی کی آبادی بھی پاکستان سے کوئی دو تہائی ہے مگر اس پر ہم سے 10 گنا زیادہ قرضے ہونے کے باوجود اس کی آمدنی ہماری نسبت بہت زیادہ ہے. قرضے ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا، صرف ملک کی آمدنی (Revenue) اہم ہوتی ہے. امریکہ پر بھی ہماری نسبت فی کس کئی گنا زیادہ قرضے ہیں.

اوپر بیان کردہ سیاسی نظام کا جائزہ لینے کے بعد ہم اس نتیجے پر پہنچتے ہیں کہ مستقل نظام چاہئے. اہم ترین چیزیں مندرجہ ذیل ہیں (1) انصاف، (2) تعلیم، (3) معاشیات، پھر ہمیں اس کے لئے ساری قوم کو تیار کرنا ہوگا. پہلے اوپر کے سولوگوں کے علاوہ ان کے ساتھ کے دوسرے

دو تین ہزار لوگوں کو پوری طرح مثبت سوچ اور یقین کی تربیت دینی ہوگی.

ہمیں اپنے نظام میں اخلاقیات اور انسان دوستی کو بھی لازمی اہمیت دینی ہوگی کہ اس کے بغیر کوئی نظام بھی مکمل اور دیرپا ثابت نہیں ہوسکتا. ایک اہم بات یہ بھی ہے کہ جس ملک کا آئین ہی محفوظ نہ ہو وہاں قانون اور انصاف کیسے قائم کیا جاسکتا ہے. ہمیں مستقل نظام چاہئے، گو اس میں سربراہ کا تبدیل ہونا بھی ممکن ہونا چاہئے اور انصاف کے ساتھ احتساب کا عمل بھی جاری رہنا چاہئے. اخبارات کی آزادی لازمی چیز ہے، مگر ہمارے اخبار نویسوں کا احتساب بھی لازمی طور پر کرنا ہوگا، یہ طبقہ آج تک احتساب سے آزاد رہا ہے. ہمیں مفکروں اور Thinktanks کی بھی اشد ضرورت ہے. سیاست میں آخری پیغام لوگوں کے لیے یہ ہے کہ ظلم کو طاقت، زبان یا دل سے روکنے کے اسلام ظلم کا مقابلہ کافی نہیں ہے بلکہ اسے قانون کی حفاظت، صحیح نظام اور لوگ چننے میں استعمال کرنا ہوگا. ورنہ ظلم کا مقابلہ ناکامی کے سوا کچھ نہیں ہوگا.

اب ہم ایک جائزہ معاشرے کے کنٹرول کرنے کے طریقے کا لیتے ہیں، جس میں سب سے بہتر طریقہ پھر سے مذہب کا ہی بنتا ہے. آپ اس بات کو بھی سیاست کے ساتھ ہی ملا کر پڑھیں.

✿✿✿✿✿

باب نمبر ۴۱

معاشرے کو کنٹرول کرنے کے طریقے

معاشرے کو کنٹرول کرنے کے تین طریقے فلاسفروں نے بیان کئے ہیں، ساری دنیا میں یہی استعمال کئے جاتے ہیں. اس میں سے پہلا طریقہ پولیس کلچر کہلاتا ہے، جس میں کچھ افراد کا یہی کام ہوتا ہے کہ معاشرے میں مجرموں کو ختم کریں. ان لوگوں کو اسی کام کی تنخواہ دی جاتی ہے، جو اس معاشرے میں موجود لوگ دیا کرتے ہیں. یہ طریقہ سب سے مہنگا ہے اور اس میں پولیس والوں کو مجرموں سے نبٹنے کے لئے ہر قسم کی سہولتوں اور دوسری چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے. مجرموں کے پاس چونکہ ہمیشہ روپیہ پیسہ زیادہ ہوتا ہے. اس لئے پولیس والوں کو بھی کرپشن سے بچانے کے لئے زیادہ پیسوں اور آسائشوں کی ضرورت ہوتی ہے.

پھر یہ طریقہ مجرموں کو پکڑ تو سکتا ہے مگر ان کی اصلاح نہیں کر سکتا. پھر پولیس والے بھی اپنے اختیارات کا زیادہ استعمال کرنے لگتے ہیں. اس طریقے میں جتنے مجرم اتنی پولیس، یہ ایک نہ ختم ہونے والی دوڑ ہوتی ہے. مجرم عموماً ایک ہاتھ آگے ہی ہوتے ہیں.

دوسرا طریقہ اس کو شرم کا کلچر (Shame Culture) کہتے ہیں، کہ اس میں موجود لوگ ایک دوسرے کو غلط کام سے ٹوکتے رہتے ہیں. معاشرے میں شرافت یا بڑائی کا معیار یہ ہوتا ہے کہ انسان غلط راہ سے بچے اور صحیح راستے پر چلے. یہ نسبتاً کم خرچ طریقہ ہے، مگر اس میں مشکل یہ ہوتی ہے کہ چور وہ جو پکڑا جائے. یعنی جو غلط کام کرے اور کسی کو یہ معلوم نہ ہو تو پھر اس کی کوئی سزا نہیں. اس لئے اس طریقے میں بہت سے لوگ مجرم ہونے کے باوجود بچے رہتے ہیں.

معاشرے کو صحیح رکھنے کا تیسرا طریقہ ضمیر کلچر (Super Ego Culture) کہلاتا ہے. فلاسفروں کے کہنے کے مطابق مذہب میں بھی ضمیر کو اس مقصد کے لئے استعمال کیا جاتا ہے کہ انسان جو بھی کام کرے، خود اس میں موجود ضمیر اسے ملامت کرے اور وہ شخص کسی بھی غلط کام سے باز رہے. چاہے اس کے جرم کی کسی دوسرے کو خبر ہی نہ ہو. ''یہ سب سے بہتر سستا اور دیرپا طریقہ ہے.''

سب مذہبوں میں یہ طریقہ استعمال کیا گیا ہے. اس میں بنیادی بات یہی ہے کہ ہر انسان

میں اس کا ضمیر (جس کے مختلف نام کہے جا سکتے ہیں روح Concious, Higher Intelligence.) اسے غلط کام سے روکتا ہے، بلکہ اگر وہ غلط کام کرلے تو اسے ملامت کرتا ہے اور اسے خود اس کی سزا دیتا ہے. اس میں ہر آدمی خدا کو جواب دہ ہوتا ہے.

مغرب کے تقریباً سب لادین فلاسفروں نے بھی جو خدا پر یقین نہیں رکھتے، انسان کو اس کے برے کام کرنے سے روکتی ہے اور اس کی سزا دیتی ہے (ہمارے معاشرے میں موجود لادین افراد کے لئے اس بات میں سبق موجود ہے) خود امریکہ میں (جو مغرب کے معاشرے کا علم بردار ہے) اب 1999ء میں دوسری چیزوں سے پیسے کاٹ کر پولیس اور جیلوں کی تعمیر پر خرچ کیے جا رہے ہیں، لیکن مجرموں کی تعداد بڑھتی جا رہی ہے. وجہ ضمیر کلچر کی عدم موجودگی ہے.

اس وقت 2000ء میں امریکہ میں کل بیس لاکھ قیدی ہیں جن پر 3000 ڈالر فی قیدی کا ماہانہ کے حساب سے 72 ارب ڈالر کی رقم خرچ کی جا رہی ہے جو کہ (پاکستان کے کل بجٹ 1999ء میں کوئی 12 ارب ڈالر تھا) سے 6 گنا زیادہ ہے. وہاں کی ایک دستاویزی فلم فروری 2000ء میں ہالینڈ ٹی وی پر دیکھنے کا اتفاق ہوا جس میں ڈرگ کے خلاف جاری مستقل مہم میں اس شہر میں موجود مشتبہ افراد سے (جو اکثر کالے امریکن تھے) پولیس والے ان کی گاڑیاں لے لیتے تھے کہ یہ پیسے تمہارے پاس کہاں سے آئے، پھر مہنگی عینکیں، سپورٹس شوز اور دانتوں پر چڑھا ہوا سونے کا خول تک اتروا لیتے اور واپس نہیں دیتے تھے. وہاں پر ہر حربہ آزمانے اور انتہائی سختی کرنے کے باوجود پولیس والوں کا کہنا ہے کہ وہ اس مقابلے (منشیات اور دوسرے جرائم) میں ہار رہے ہیں. وہاں کی کئی دستاویزی فلمیں دیکھنے کے بعد مجھے اس کا علم ہوا.

صرف پولیس کلچر کی موجودگی میں معاشرہ یقینی طور پر تباہ ہو جایا کرتا ہے. اخلاقیات یا مذہب معاشرے کی اہم ضرورت میں سے ہیں. گو مذہب بیوقوف کے ہاتھ میں فی سبیل اللہ فساد ہیں.

پاکستان میں ہم ضمیر کلچر (Super Ego Culture) اور شیم کلچر ملا کر استعمال کرتے ہیں. مذہبی سوچ رکھنے والے ضمیر کلچر پر ہوتے ہیں اور دوسرے لوگ شرم کے کلچر پر، جب کہ پولیس ہر معاشرے کی طرح یہاں موجود ہے. یہاں میں ایک بات واضح کرتا چلوں کہ سیاست میرا شغل یا کام نہیں ہے، اس پر جو بھی باتیں لکھی ہیں وہ معلومات کے لئے اور لوگوں کی تعلیم کے لئے ہیں.

معاشرے کے اس کنٹرول کرنے کے طریقے Sham Culture جس میں لوگ ایک دوسرے کی اصلاح کرتے میں ہیرو بنانا بھی شامل ہوتا ہے. ہمارے ملک میں اس کا ایک

دلچسپ اور عجیب استعمال دوسروں کی نظر میں عزت سے رہنا ہوتا ہے، جس کے معنی پاکستان بلکہ پورے برصغیر میں کافی حد تک یہ ہیں کہ اپنی زندگی کو بالکل خشک گزارو کہ باعزت سمجھا جائے. گو اس کے کچھ اچھے پہلو بھی ہیں. ہمیں چاہئے کہ ہر وہ کام اندھا دھند نہ کریں جو بزرگ کرتے آئے ہیں. زندگی سے لطف اٹھانا اور سر اٹھا کر جینا سیکھیں، ہم نے ہی اپنے علاقے اور ملک کی نئی روایات کی بنیاد رکھنی ہیں. ہمیں مسلمان بھی اسی طرح ہونا چاہئے جو صحیح مسلمان ہیں، یعنی دل سے مان کر اور قول وفعل ایک رکھنے والے. کیونکہ ہم اکثر ایسے مسلمان ہیں جو کہ مسلمان گھر میں پیدا ہوئے یا چونکہ لوگ نمازی کی تعریف کرتے ہیں ہم اس لئے نماز پڑھتے ہیں. جو دل سے مان کر مسلمان ہیں وہ ہی اصل اور صحیح مسلمان ہیں، ہم میں سے اکثر دوسروں کی تعریف وغیرہ کی وجہ سے خود اچھا مسلمان ثابت کرنے میں لگے رہتے ہیں.



باب نمبر۴۲

محبت، دوستی، شادی

پاکستان کی ایک کہاوت ہے کہ اگر کسی نے خراب کھانا کھایا تو وہ ہفتے کا بیوقوف ہے، یعنی ہفتہ اس کا معدہ خراب رہے گا. جس نے خراب جوتا پہنا وہ مہینے کا بے وقوف ہے، یعنی مہینہ لنگڑاتا پھرے گا. جس نے خراب بیج ڈالا وہ چھ ماہ کا بے وقوف ہے، کہ چھ ماہ کے بعد اسے فصل کی اصل حقیقت پتہ چلے گی اور محنت بے کار جائے گی. اور جس نے خراب شادی کی (بیوی غلط ہے) تو وہ ساری عمر کا بے وقوف ہے.

اور شادی میں کیا لازم ہے ہمارے معاشرے میں شادی میں بہت سی چیزیں دیکھی جاتی ہیں. خصوصا لڑکی کا حسب ونسب، پیسہ، کردار، تعلیم، شکل وصورت. ہمارے ہاں شادی نسل بڑھانے کے لیے، خاندان کی عزت کے لیے، اپنی مستقبل کی نسل کی بہتری کے لیے، سیکورٹی کے لیے، ماں باپ کی خوشی کے لیے، پیسے کے لیے، اس کے اونچے خاندان کے لیے اور بھی کئی چیزیں دیکھ کر کی جاتی ہے.

آپ لوگ اس میں اتنا سا اضافہ ضرور کریں کہ اس میں تھوڑا سا پیار و محبت بھی شامل کر لیں، پھر زندگی اور ہر چیز بہت بہتر ہو جائے گی. ہم لوگ شادی میں یہ چیز بہت کم دیکھتے ہیں، اس لیے زندگی نامکمل اور ادھوری سی رہ جاتی ہے. افلاطون نے کہا" جسے محبت نے نہیں چھوا، وہ تاریکی میں سرگرداں رہتا ہے". پھر اس کے ساتھ ہی یہ بھی چاہئے کہ اپنی بیوی کے ساتھ دوستی ہو، اگر دوستی بھی ہو جائے تو پیار ساری عمر قائم رہتا ہے اور بڑھتا رہتا ہے. دوستی پیار سے زیادہ دیرپا ہوتی ہے.

کوشش کریں کہ اس کے حسن کی تعریف کبھی کبھی ضرور ہو، اسی طرح اس کی تعریف (ایسا جھوٹ اللہ معاف کر دیتا ہے) کریں، اس کی باتوں کو توجہ سے سنیں. اس کا کوئی پیارا نام (نک نیم) رکھ لیں. کچھ فلاسفر کہتے ہیں کہ عورت جسمانی لذات نہیں ڈھونڈتی بلکہ بے انتہا تعریف اور بے حد توجہ کی خواہش مند ہوتی ہے اور اکثر اوقات محض یہ خوشی کہ کوئی اسے چاہتا ہے اسے مطمئن کر دیتی ہے. عورت کے بارے میں حدیث پاک ہے، نیک عورت دنیا کی سب سے اچھی متاع ہے. شادی شدہ زندگی میں یکسانیت ہر وقت صحیح نہیں ہوتی. اس پہلو پر بھی توجہ دیں.

سب تعلقات میں صحیح دوستی سب سے دیرپا ہوتی ہے. آپ دوسرے سب تعلق ختم کر سکتے ہیں مگر اصلی دوستی ختم نہیں ہوسکتی اور اگر ختم ہو جاتی ہے تو وہ دوستی نہیں تھی، یاری نہیں تھی. پیار نفرت میں تبدیل ہوسکتا ہے. جس سے آپ شدید محبت کرتے ہیں وہ شدید نفرت میں بھی تبدیل ہوسکتی ہے، مگر اصلی دوستی ختم نہیں ہوتی. آپ اپنے اصلی دوست کو برسوں نہ ملیں، مگر جب بھی ملیں گے دوستی اسی طرح ہوگی. یہ بھی بات ہے کہ اصلی دوست آپ کو دو تین سے زیادہ نہیں مل سکتے. کیونکہ زیادہ کو آپ وقت ہی نہیں دے سکتے اور اگر وقت ہی نہیں دے سکتے تو پھر دوستی کیسی اور کس کام کی.

کچھ لوگوں نے دوست مصیبت میں کام آنے کے لیے بنائے ہوتے ہیں، یہ بھی کوئی صحیح سوچ نہیں ہے. دوستی برائے دوستی ہوتی ہے. پھر سب اچھے اور برے وقت اکٹھے ہی ہوتے ہیں. برے وقت کے لیے دوست بنانے والے دراصل برے وقت کے انتظار میں ہوتے ہیں. میرا بہت سی مختلف قوموں مسلمانوں، ایشیائی اور مغربی لوگوں میں رہنے کے بعد یہ تجربہ ہوا کہ پاکستانیوں کی یاری ساری دنیا میں سب سے گہری ہوتی ہے. اس کی وجہ ہماری روایات اور ثقافت ہیں. ہمارے ملک میں صحیح دوست دوستی کی خاطر پھانسی کے پھندے تک کو چوم کر گلے لگا لیتے ہیں. اس میں عجیب بات یہ ہے کہ دوستی پہلی بار ہی ہو جایا کرتی ہے، اگر یہ پہلی بار نہیں ہوتی تو پھر شاذ و نادر ہی ہوا کرتی ہے.

گو جنس مخالف سے پہلی نظر کے پیار کو سیانے نیت کا فتور کہتے ہیں. میرے تجربے میں یہ بھی آیا ہے کہ یہ اسی وقت دیرپا ہوتی ہے جب دونوں دوست ایک ہی سطح (Level) کے ذہین ہوں یا پھر ان دونوں میں کوئی چیز مشترکہ ہو. جیسے دونوں کو روحانیت میں دلچسپی ہو یا دونوں کو کسی کھیل میں دلچسپی ہو. بے وقوف کی دوستی کی مثال پیچھے کتاب میں بیان ہو چکی ہے، اس سے دوستی ریچھ سے دوستی ہی ہوتی ہے. پھر برسوں کے تعلق کے بعد یہ بھی ہوسکتا ہے کہ کسی کی باتوں میں لگ کر آپ سے تعلق ختم کر دے اور اس کے پیچھے لگ جائے.

حضرت عمرؓ کا قول ہے کہ دوست وہ ہے جو آپ کی خامیاں آپ کو بتائے. صحیح دوست واقعی ایسے ہی کرتا ہے لیکن کچھ بیوقوف یا غلط دوست اسی چیز کی آڑ لے کر آپ کو ہر وقت ٹوکتے رہتے ہیں اور آپ کا حوصلہ توڑ دیتے ہیں. ایسے دوستوں سے بچیں. جو دوست بھی آپ کی سوچ کو پر امیدی (مثبت سوچ Optimism) سے ہٹا کر منفی سوچ (نا امیدی Pessimistic) کی طرف

لے جاتا ہے، وہ آپ کا دوست نہیں ہے یا وہ بے وقوف ہے. اس کی دوستی چھوڑ دیں، ورنہ آپ منفی سوچوں اور نا امیدی کا شکار ہو جائیں گے. ایسے شخص کا ساتھ سخت خطرناک ہوتا ہے.

مثبت سوچ پر امیدی (Optimism) کی طرف لے جانے والا ہی آپ کا اصل اور عقل مند دوست ہوتا ہے، پھر یہ بھی صحیح ہے کہ جو چیز جس کے پاس ہوتی ہے وہی دوسرے کو دیا کرتا ہے. جب درخت سایہ دار نہ ہو تو لوگ اسے کاٹ ڈالتے ہیں. سایہ دار درخت بنیں تاکہ لوگ آپ سے آرام پائیں. ہر شخص قطع نظر اس بات کے کہ وہ خود کیسے اخلاق کا مالک ہے، اچھے اخلاق والے اور مہذب دوست کی تلاش میں ہوتا ہے. اور یہ بھی ایک عجیب بات ہے کہ بہت قریب آ جانے والے لوگوں میں سے ہی آپ کے اکثر دشمن بنتے ہیں، اس لئے بہت قریب جانے سے شروع سے ہی گریز کریں.

کشش کا اصول دوستی میں بھی اسی طرح ہے اچھا اچھے کو کشش کرتا ہے، برا برے کو. اچھے اور برے کی آپس میں دوستی نہیں ہوسکتی، اگر ہو بھی جائے تو تھوڑے ہی دنوں میں ختم ہو جاتی ہے. بلکہ برے کی دوستی کسی کے ساتھ بھی لمبی نہیں رہتی، یہ صرف ضرورت کی ہوتی ہے. اچھے دل والے کو سب لوگ پسند کرتے ہیں اور اس سے دوستی کرنا چاہتے ہیں. ان کے لئے دوستوں کی کوئی کمی نہیں ہوگی اور یہ لوگ خوش باش زندگی گزارتے ہیں.

ارسطو کا قول ہے کہ ہر ایک نئی چیز اچھی معلوم ہوتی ہے، مگر دوستی جتنی پرانی ہواتنی ہی عمدہ اور مضبوط ہوتی ہے. ایک اور دانشور کا کہنا ہے کہ وہ شخص غریب نہیں جس کا کوئی اچھا دوست ہے. دوستی میں اہم بات یہ یاد رکھنی چاہئے کہ اگر آپ خود اچھے دوست نہیں ہیں تو آپ کو اچھا دوست نہیں ملے گا. کیونکہ ساتھ رہتے رہتے ان کو آپ کا پورا پتہ چل جاتا ہے اور اگر دوسرا اچھا دوست اور اچھا انسان ہے اور آپ نہیں ہیں تو وہ تھوڑے عرصے کے بعد آپ کو چھوڑ کر اپنے جیسے کسی دوسرے کو تلاش کر لے گا. خود اچھا دوست بنیں پھر آپ کو بھی اچھے دوست ملیں گے. اچھے دوستوں کی کوئی کمی نہیں. بس آپ کے اپنے یقین کی بات ہے.

شیلے نے محبت کے بارے میں کہا ہے کہ محبت کا ایک گھنٹہ سو برس کی بے محبت زندگی سے بہتر ہے. پیار میں بھی اگر دوستی ساتھ آ جائے تو یہ مکمل ہو جاتا ہے، ورنہ جسم کی دوستی ہوتی ہے ذہن کی نہیں. ایسے پیار کو لوگ جنسی جذبوں کا صقیل کیا ہوا نام کہتے ہیں، وہ بھی کچھ غلط نہیں کہتے. جسمانی کشش کے ساتھ اگر ذہنی دوستی بھی مل جائے تو پیار مکمل ہو جاتا ہے، مگر یہ کم ہی ہوا

کرتا ہے. پیار ایک فطری جذبہ ہے، گو ہمارے ملک و معاشرے میں اس کو عموماً دبا دیا جاتا ہے. ہمیں بہت سی باتیں اس کے بارے میں نہیں سکھائی جاتیں.

مثلاً جو خود کو پسند نہیں کرتا اسے کوئی پسند نہیں کرتا. جو خود کو پسند کرتا ہے لوگ بھی اسے پسند کرتے ہیں. جو خود کو پیار نہیں کرتا اسے کوئی پیار نہیں کرتا. ہم لوگ پیار کو غلط جگہ پر ڈھونڈ رہے ہوتے ہیں، جو کہ ہم محبوب میں ڈھونڈتے ہیں حالانکہ اسے پہلے اپنے اندر ڈھونڈو، جب یہ مل گیا تو پھر ہی یہ آپ کو محبوب میں ملے گا. پھر کچھ ایسے بدقسمت لوگ بھی ہیں جن کا یہ خیال ہوتا ہے کہ انہیں کوئی پیار نہیں کرتا. دراصل یہ لوگ خود کو پیار کے قابل نہیں سمجھتے، پھر یہ لوگ اپنے لئے کسی پیار کرنے والے کو ڈھونڈتے رہتے ہیں جو انہیں ان کے غلط یقین کی وجہ سے شاذ و نادر ہی ملتا ہے. یہ لوگ دراصل اپنے اس اندرونی شک کو دوسرے کے پیار میں ڈھونڈ کر دور کرنے میں لگے ہوتے ہیں، جو بالکل غلط جگہ اور چیز ہے. انہیں پہلے خود کو پیار کے قابل ماننا چاہئے پھر کسی پیار کرنے والے کو ڈھونڈنا چاہئے. ایسے وہی لوگوں کو اگر کوئی پیار کرنے والا مل بھی جاتا ہے تو پھر وہ ایک اور الٹے چکر میں پھنس جاتے ہیں، اب وہ اس ڈر میں رہنے لگ پڑتے ہیں کہ وہ پیار کرنے والا ان کو چھوڑ ہی نہ جائے. اسی لئے پیار کو پہلے خود میں ڈھونڈ لیں، پھر ہی آپ کو ملے گا

جو چیز آپ کے پاس نہیں ہے، اسے اگر آپ ڈھونڈتے رہیں وہ آپ کو نہیں ملتی. پیار بھی ایسے ہی ہے. خود پسند کرنا ایک اچھی چیز ہے. جو شخص خود پسند کرتا ہے وہ اپنا خیال رکھتا ہے اپنے جسم کی حفاظت کرتا ہے، اچھے کپڑے پہنتا ہے. خود کو ناپسند کرنے والے کو دوسرے بھی اسی نظر سے دیکھتے ہیں. اس لئے خود کو پسند کرنا سیکھیں. مرد میں تھوڑی سی خشونت بھی ہونی چاہئے، یہ مرد کی خوبصورتی کا حصہ ہے. پیار میں جو خود کو بھول کر صرف دوسرے سے ہی پیار کرے اس کی قدر کم ہی ہوتی ہے. اپنے آپ کو مت بھولیں، خودداری کو بھی ہاتھ سے نہ جانے دیں. یہ شعر اس بارے میں بالکل صحیح اترتا ہے.

عجز وفا کے سجدوں کی جس در پہ داد نہیں ملتی
اے عزم خودی اے غیرت دل اس در پہ سجدہ کیا معنی

پیار میں خود کو بھولنے والے کی قدر کم ہی ہوا کرتی ہے. جیسے پروین شاکر کا شعر ہے.

اس شرط پہ کھیلوں گی پیا پریت کی بازی
جیتوں تو تجھے پاؤں ہاروں تو پیا تیری

ضرورتیں مجبوریاں اپنی جگہ، مگر گلے میں خواہ مخواہ ہر وقت لٹکے رہنے والوں سے کون پیار کرتا رہے گا. پیار میں بھی کبھی کبھی خود کو اپنے ساتھی کے قدموں میں کھڑا ہو کر اس کی نظر سے دیکھیں، پھر زندگی زیادہ بہتر گزر جائے گی.

پیار اور دوستی میں بھی ایک دوسرے کی عزت (Respect) سب سے اہم پہلو ہے. عزت (Respect) لازمی نہیں کہ دوسرے کو صرف مخاطب کرنے کی حد تک محدود ہے. اس کے مطلب زیادہ گہرے ہوتے ہیں. ریسپیکٹ کسی بھی رشتے دوستی یا تعلق کا بڑا اہم جزو ہوتی ہے، گو ہر معاشرے میں اس کے مطلب تھوڑے مختلف ہوتے ہیں، مگر ہر انسان اسے چاہتا ہے.

مغرب والے تو پیار میں مندرجہ چیزیں اہم گنتے ہیں.

(۱) صحیح آئی کانٹیکٹ کرو (۲) باتیں کرتے وقت ہاتھ پکڑ و یا چھوؤ (۳) اگلے کی بات صحیح طریقے سے سنو (۴) اسی جگہ پر موجود رہو (یعنی غیر دماغی مت کرو) (۵) اچھے پیار بھرے گانے سنو (۶) Tenderness اور Affection دکھاؤ (۷) اوپن اور Spontaneous رہو.

ہمارے یہاں یہ چیزیں غیر اہم سمجھی جاتی ہیں حالانکہ یہاں بھی ان کی خاصی اہمیت ہوتی ہے.

فلاسفر کہتے ہیں کہ ہر وہ مرد اس عورت کی صحبت میں ناخوش رہتا ہے جس کا ذہن اس کے برابر ہو، وہ صرف اس چیز سے محبت کر سکتا ہے جو اس سے کمزور ہو، جس طرح عورت صرف اس چیز سے محبت کر سکتی ہے جو اس سے زیادہ طاقتور ہو. یہ بھی یاد رکھیں جو اپنی ریسپیکٹ نہیں کرتا اس کی کوئی بھی ریسپیکٹ نہیں کرتا. اعتماد اور ریسپیکٹ کسی بھی گہرے تعلق کی بنیاد ہوتے ہیں. اعتماد بھی جس پر کریں پورا کریں، جب دوسرے کو یہ معلوم ہوگا تو وہ اس پر پورا اترنے کی کوشش کرے گا.

انسانی فطرت بھی عجیب ہے یہ ایک حقیقت ہے کہ اگر آپ اپنے کسی دوست کو دشمن مان لیں تو وہ آپ کے ساتھ جو کچھ بھی کرے گا آپ کو اس میں دشمنی یا مکاری کی بو آئے گی اور آپ اسے ناپسند ہی کریں گے، آہستہ آہستہ یہ شخص آپ کا دشمن بن جائے گا یا دوست نہیں رہے گا. ایسے ہی کسی دشمن کو دوست مان لیں تو پھر وہ جو کچھ بھی کرے گا آپ کو وہ اچھا ہی نظر آئے گا، آہستہ آہستہ وہ شخص آپ کا دوست بن جائے گا. اس طرح کسی بھی دشمن کو دوست بنایا جا سکتا ہے اور دوست کو دشمن. اسی طرح سوچ کر ہی آپ ساری دنیا کو اپنا دوست یا اپنا دشمن بنا سکتے ہیں یہ سب ہم خود کرتے ہیں.

دوستوں میں چھوٹے تحفے تحائف کے تبادلے کیا کریں دوستی تازہ اور گرم رہتی ہے. میرا ذاتی خیال یہ ہے کہ ہمارے معاشرے میں بہت حد تک دوست ہی ہماری معاشی کامیابیوں یا ناکامیوں کا باعث ہوا کرتے ہیں. انہی سے ہمیں صحیح یا غلط مشورے، امید یا ناامید اور بہت کچھ ملتا ہے. وہ انسان واقعی بدقسمت ہے جس کے اچھے دوست نہیں ہیں. سیانے کہتے ہیں "دوستی خدا کے روپ میں سے ایک روپ ہے". دوست آپ کے وہ بہن بھائی ہیں جو آپ کے ماں باپ سے پیدا نہیں ہوئے.

ہمارے معاشرے کا ایک عجیب اور مزاحیہ سا پہلو یہ ہے کہ یہاں دوسروں کے لئے (خصوصاً فیملی کے لئے) زندگی گزارنا ہی خوبی سمجھا جاتا ہے، یعنی ماں باپ بہن بھائی کے لئے ہی سب کچھ کیا جاتا ہے اور خود کو اہمیت نہ دینا ہی صفت سمجھا جاتا ہے. بہت زیادہ لوگ اسی وجہ سے دوسروں کے ہی ہو کر رہ جاتے ہیں اور اپنی زندگی کا لطف بہت کم ہی اٹھا پاتے ہیں. اسی طرح شادی اور بچے ہونے کے بعد ماں باپ خود کو ریٹائرڈ تصور کرتے ہیں اور ان کی ساری زندگی صرف بچوں کی خوشی کے لئے ہی رہ جاتی ہے.

میں یہ نہیں کہہ رہا کہ اپنے گھر والوں کا بالکل خیال نہ کریں. مگر یہ چیز عقل مندی سے کریں نہ کہ یہ بھیڑ چال کہ ہمارے بڑے اسی طرح کرتے رہے اور یہی صحیح طریقہ ہے. اپنی زندگی کا بھی لطف اٹھائیں. ہمارے ملک میں ماں باپ شادی کا فیصلہ کرتے ہیں. انہیں چاہئے کہ لڑکی کی مرضی لازمی پتہ کریں، کہ ساری عمر اسے جس کے پلے باندھنے لگے ہیں کیا وہ اس پر راضی ہے. اگر وہ راضی نہیں تو خدارا یہ ظلم اس پر مت کریں. اسلام اس کی اجازت نہیں دیتا، اور پیسہ و مال تو آنی جانی چیز ہے.

پیار میں ہمارے معاشرے میں اکثر دیکھا گیا ہے کہ جو مل گیا وہ کشش کھو دیتا ہے، جو نہیں ملتا اور اس کا ملنا جتنا دشوار ہوتا ہے وہ اتنا ہی زیادہ کشش رکھتا (اٹریکٹ کرتا) ہے. مجنوں کو بھی لیلیٰ مل جاتی تو شاید وہ عشق والی بات نہ رہتی. مشہور مزاح نگار جارج برنارڈ شاہ سے کسی نے پوچھا "آپ نے شادی کیوں نہیں کی". برنارڈ شاہ کہنے لگا "مجھے اپنا آئیڈیل نہیں ملا". تو اس آدمی نے پوچھا کہ کیا ایک بھی ایسی عورت نہیں ملی جو آپ کا آئیڈیل تھی. برنارڈ شاہ کہنے لگا "ملی، مگر وہ کہنے لگی تم میرے آئیڈیل نہیں ہو". ایسے ہی برنارڈ شاہ جو خود بہت کمزور ڈھیلا ڈھالا اور غیر متاثر کن شکل وصورت والا تھا، کو ایک بڑی خوبصورت ایکٹریس نے شادی کی پیش کش

کی. وہ ایکٹریس خود بہت سیدھی سادی (یا بیوقوف) سی تھی. برنارڈ شاہ نے وجہ پوچھی تم مجھ سے شادی کیوں کرنا چاہتی ہو". وہ کہنے لگی "میں چاہتی ہوں کہ ہمارے جو اولاد ہو وہ میری شکل و صورت اور تمہارا دماغ لیکر پیدا ہو". برنارڈ شاہ کہنے لگا "اور اگر وہ میرا جسم اور تمہارا ذہن لیکر پیدا ہو گئے تو پھر کیا بنے گا".

بچے

آپ کے بچے آپ کا مستقبل ہیں.

بچپن ہماری شخصیت کا اہم ترین حصہ ہوتا ہے. ہماری شخصیت بڑی حد تک پہلے چھ سالوں میں ہی بن جاتی ہے. اس وقت کے بیٹھے ہوئے خیالات اور تصورات کو ہم ساری عمر طاقت دیتے رہتے ہیں. بچپن میں بیٹھے ہوئے احساس کمتری کو تبدیل کرنا بھی آسان نہیں ہوتا. ایسے ہی جس نے اس عمر میں بھوک دیکھی ہو وہ ساری عمر اندر سے بھوکا رہتا ہے. جس نے اپنے خاندان میں بھائی بھائی کو اس وقت میں پیسے پیسے پر لڑتے دیکھا ہو وہ ساری عمر پیسے پیسے پر لڑتا رہتا ہے اور کسی کو کچھ بھی نہیں دینا چاہتا. بچپن کے کامپلیکسز Complexes نہیں جایا کرتے چاہے انسان کو بعد میں دنیا کی ہر چیز مل جائے، آدمی اسی طرح غیر یقینی اور خوف کا شکار رہتا ہے.

جس نے اس عمر میں گھر میں انصاف اور ریسپیکٹ دیکھی ہو وہ ساری دنیا میں اسے دیکھنا چاہتا ہے اور جس نے یہ گھر میں نہ دیکھی ہو وہ اسے کیا سمجھ سکتا ہے. ہم بڑوں نے یقین کامل کا اصول نہ سمجھنے کی وجہ سے طرح طرح کے ڈر و خوف و شک و شبہات اپنے اندر بٹھا لئے ہوتے ہیں. بچوں کو شروع ہی سے یہ اصول سمجھا دیے جائیں تو بچے ہماری نسبت بہت بہتر رہیں گے اور بڑی تیزی سے ترقی کریں گے.

زیادہ سخت گیر اور دبانے والی شخصیت کے بچے عموماً ساری عمر خود اعتمادی نہیں پا سکتے اور انہیں انحصار کرتے رہتے ہیں. ان کو خود اعتمادی سکھائیں. میں چاہتا ہوں کہ بچوں کو میں وہ چیزیں پندرہ برس کی عمر میں سکھا دوں جو میں نے چالیس برس کی عمر میں سیکھیں ہیں، پھر ہی ہماری صحیح قوم تیار ہوگی. تمام بچے کسی نہ کسی کی نقل (Lmitate) کرتے ہیں. یہ جس سے بھی متاثر ہوتے ہیں اس کا تصور اپنے اندر لیتے ہیں اور پھر ان کی شخصیت تصور والے کی شخصیت کے مطابق ڈھلتی رہتی ہے. کبھی یہ کسی کھلاڑی سے متاثر ہوتے ہیں، اور بڑے ہونے تک ان کی شخصیت اسی

کھلاڑی کی طرح بنتی جاتی ہے۔ بلکہ ان میں اس کی صلاحیتیں بھی آنے لگ پڑتی ہیں۔

ایسے ہی کچھ بچے کسی گلوکار، اداکار یا "سیاست کار" سے متاثر ہوتے ہیں اور پھر ایسے ہی بنتے چلے جاتے ہیں۔ دھیان کریں کہ وہ کس شخصیت سے متاثر ہو رہے ہیں۔ بچوں کی خیالی دنیا بڑوں کی نسبت زیادہ اہم ہوتی ہے۔ بچوں کو ہر حال میں سچ بولنا اور سچ کی حمایت کرنا سکھائیں۔ سچ بولنے والا بچہ ہر برائی سے بچ جاتا ہے۔ جھوٹ بولنے والا بڑی جلدی غلط راستوں پر چل پڑتا ہے۔ پھر انہیں خود اعتمادی اور Perception بچپن سے ہی سکھائی چاہیے۔

ہم لوگ بچوں کو رسپیکٹ نہیں دیتے، حالانکہ ہر عمر میں رسپیکٹ مختلف ہوتی ہے۔ اکثر ان کو یہ خواہش ہوتی کہ ان کے دوستوں کی رسپیکٹ کی جائے، حتیٰ کہ ان کے کھلونوں کی بھی۔ بچوں کو بھی رسپیکٹ سکھائیں، ان کی عمر کے حساب سے۔ یہ دوست بھی اپنے جیسے ہی ڈھونڈتے ہیں کیوں کہ یہ ان میں خود کو آسودہ (Relax) محسوس کرتے ہیں، اگر آپ کا بچہ آپ کے حساب سے نیچے کے بچوں میں کھیلتا ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ اس نے خود کو ان جیسا مان لیا ہے، اس لئے آپ کو چاہئے کہ اسے سکھائیں کہ وہ بہتر قسم کے بچوں میں کھیلا کرے۔

بچے کے دوستوں پر نظر رکھیں، پھر آپ کو یہ بھی علم رہے گا کہ آپ کا بچہ کس طرف کو جا رہا ہے۔ اس کے دوستوں کا ایک آدھ بار باتوں باتوں میں انٹرویو لے لیا کیجئے۔ اگر کسی بچے کو باپ بیوقوف کہتا ہے، پھر وہ بچہ سکول جاتا ہے تو استاد بھی اسے بیوقوف کہتا ہے تو پھر وہ بچہ خود کو ایسے ہی مان لیتا ہے اور بیوقوف ہوتا چلا جاتا ہے۔ کوئی بچہ اگر زیادہ حساس ہو تو اسے سمجھائیں کہ زیادہ حساسیت صحیح نہیں ہوتی اور ضرورت سے زیادہ دوسروں کی پروا کرنی بھی صحیح نہیں ہوتی، جو بھی وہ برا محسوس کرے بول دیا کرے۔

بچپن میں بچہ اپنی عادتیں جلدی تبدیل کر لیتا ہے۔ اگر ماں باپ نمازی ہوں تو نماز پڑھنا شروع کر دیتا ہے۔ اگر وہ گھر میں شراب دیکھے تو شراب اس کے لئے اجنبی نہیں رہتی۔ سائنس دانوں نے ذہانت اور جینز کا فرق معلوم کیا ہے کہ عموماً ذہین والدین کے بچے ذہین ہوتے ہیں۔ مگر انہوں نے دیکھا کہ تربیت اور ماحول کا ان پر بڑا اثر ہوتا ہے، پیدائشی ذہانت اور اس کا تعلق کوئی آدھا آدھا ہوتا ہے اور کچھ لوگ کم ذہین ہوتے ہیں، ان کو آپ چاہے کچھ بھی تربیت دیں وہ جینئس نہیں بنا سکتے۔ انہوں نے یہ بھی دیکھا کہ لڑکیاں اور عورتیں نئے کاموں کو کرنے سے زیادہ جھجکتی اور شرم محسوس کرتی ہیں، اس وجہ سے بھی لڑکے ان سے بہت سے کاموں میں بازی

لے جاتے ہیں۔

اسی چیز سے آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ ہمارے ملک میں بھی بے شمار زیادہ حساس لوگ بہت سے کاموں میں دوسروں سے پیچھے کیوں رہ جاتے ہیں۔ میرا ذاتی خیال یہ ہے کہ ذہانت اپنی زیادہ حساسیت گھبراہٹ خود ساختہ حدود (Limit) اور ڈر و خوف کو سمجھ کر اور اسے ختم کر کے بہت حد تک بڑھائی جا سکتی ہے، خصوصاً اگر یہ کام بچپن یا لڑکپن سے ہی کیا جائے۔ انسان میں جھجک بھی کم ہونی چاہئے۔ بچے بچپن میں جس چیز کا سامنا کر لیں یا تجربہ کر لیں وہ ان کے لئے اجنبی نہیں رہتی اور وہ بعد میں اسے آسانی سے کرتے رہتے ہیں اور جس چیز کا سامنا نہ کیا ہو، اس کا عملی تجربہ نہ ہونے کی وجہ سے وہ اس سے جھجکتے اور ڈرتے رہتے ہیں اور زیادہ حساس بچے تو اسی وجہ سے اسے سیکھ ہی نہیں پاتے۔ ان کو ایسی اہم قسم کی چیزوں کا بچپن سے ہی سامنا کرائیں، پھر ان کی ذہانت کھلنے لگ پڑتی ہے۔

ذہانت کے کچھ پہلوؤں کا علاقے کی روایات سے بھی تعلق ہوتا ہے۔ جیسے افریقہ کے لوگ (نیگرو) کل کی فکر نہیں کیا کرتے اس لئے آپ انہیں کم ہی کاروبار یا جھنجھٹ والے کاموں میں پائیں گے۔ ذہانت کا رنگ سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ عام ذہانت کو بڑھانے کے لئے بہت بہتر ہوتا ہے کہ ذہین اور قابل لوگوں سے میل جول رکھا جائے۔

بچے چوری عموماً معمولی رقم سے شروع کرتے ہیں جسے عموماً چوری نہیں سمجھا جاتا حالانکہ پھر ان کی جھجک ختم ہو جاتی ہے اور چوری کا معیار بڑھتا چلا جاتا ہے۔ انہیں شروع سے ہی اصول سمجھا دیں، نئے ملازم بھی عموماً اسی طرح جھوٹ چوری سے شروع ہوتے ہیں۔ عربوں میں ایک کہاوت بھی ہے کہ اگر تنکا چوری ہو سکتا ہے تو اونٹ بھی چوری ہو سکتا ہے۔ باپ کو بھی چاہئے کہ وہ بچوں کو کچھ وقت ضرور دیا کرے، خصوصاً جب بچے اکیلے باہر آنے جانے کے قابل ہو جائیں تو ایسا کرنا ضروری ہوتا ہے۔ ملک سے باہر رہنے والے پاکستانیوں کو اس کی زیادہ احتیاط کرنی چاہئے۔

جہاں تک ہو سکے گھر میں کھانا پینا اچھے طریقے سے کریں، بجائے دوسری فضول چیزوں پر خرچ کرنے کے اس پر رقم خرچ کریں۔ اگر بچوں کو گھر میں کھانا وغیرہ صحیح نہ ملے تو یہ لالچ ساری عمر ان کے ذہن سے نہیں نکلتی اور بعد میں یہ جہاں بھی موقع ملے کھا کھا کر (پولیس والوں کی طرح) حلیہ بگاڑ لیتے ہیں اور ان کی یہ بھوک کبھی نہیں جاتی۔ اسی طرح دوسری بڑی عادتیں بھی ایسے ہی اثر کرتی ہیں۔ اگر آپ اپنے ماں باپ کی عزت کرتے اور ان کا خیال رکھتے ہیں تو آپ

کا بچہ بھی بڑا ہو کر آپ کا خیال رکھے گا اور عزت کرے گا، یہی ہونا چاہئے۔

بچوں کے لئے صرف روپیہ پیسہ چھوڑنے کے بجائے ان کی اچھی تربیت کریں۔ ان کو مضبوط اور ایماندار شخصیت بنائیں، احساس کمتری میں مبتلا نہ ہونے دیں۔ ان کو خود اعتمادی سکھائیں اور انہیں سہارے کا عادی بنانے کے بجائے خود پر انحصار کی عادت سکھائیں۔ ایک اچھی کہاوت ہے کہ بچوں کے لئے کیا پیسے جوڑنا کہ اگر وہ بے وقوف ہوئے تو سب ضائع کر دیں گے اور اگر سیانے ہوئے تو سب کچھ خود بنالیں گے۔

لیکن ان کو خرچ سے تنگ بھی نہ رکھیں۔ خرچے سے تنگ رکھے ہوئے جلد ہی بری راہوں پر چل سکتے ہیں۔

اہم بات یہ ہے کہ اگر آپ کو یقین ہے کہ آپ نے بچے کی حق و حلال کی روزی سے پرورش کی ہے اور اس کی اچھی تربیت کی ہے، تو یہ یقین مضبوط رکھیں کہ آپ کا بچہ راہ سے نہیں بھٹکے گا۔ پھر انشاء اللہ ایسا ہی ہوگا۔ میں نے کتنے ہی موقعوں پر ایسے ہی یقین رکھنے والے والدین کے بچوں کو بری راہ سے بچتے دیکھا ہے۔ ورنہ اس دنیا میں ظاہری نظر کے ساتھ اچھائی اور برائی میں کبھی کبھی بال برابر فرق رہ جاتا ہے۔ ویسے یہ ایک حقیقت ہے کہ عادتیں تبدیل ہو جایا کرتی ہیں، فطرت تبدیل نہیں ہوتی۔ یہ فطرت آغاز بچپن میں بن جایا کرتی ہے۔ یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ جو مائیں اپنے بچوں کی صحت کے بارے میں فکرمند رہتی ہیں، ان کے وہی بچے اکثر بیمار رہتے ہیں۔ دراصل اکثر ہم بڑوں کا یقین بچوں سے زیادہ طاقتور ہوتا ہے اور اگر ہمیں ان کی صحت کے بارے میں کوئی وہم ہو جائے تو پھر وہ بچے اکثر بیمار ہو جایا کرتے ہیں۔

بچوں کو نہ کہنا بھی سکھائیں کہ جو چیز انہیں پسند نہیں ہے اسے کرنے پر انہیں مجبور نہ کیا جائے۔ اس طرح ان کی شخصیت مضبوط ہوتی ہے" ویسے بھی عقل مند کے لئے اشارہ کافی ہے۔"
بچے جو کہانیوں کی کتابیں یا ناول پڑھتے ہیں، اکثر ان کی شخصیت اس کتاب کے ہیرو میں ڈھل جاتی ہے، اس کی بھی نگرانی کریں۔ بچوں کو سمجھیں، ان پر توجہ دیں، ان کے لئے وقت نکالیں۔ ان کی اچھی صفات اور صلاحیتوں کی تعریف کریں۔ ہم سب بھی اندر سے بچے ہی ہیں، صرف عمر کے ساتھ ساتھ ہمارے کھلونے تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔ بچوں کو پیار (Hug) کیا کریں، مغرب میں سائنس دانوں نے تحقیق کی ہے کہ اس کا بچوں کی صحت نفسیات اور بڑھنے پر اچھا اثر ہوتا ہے۔ بلکہ مغرب میں اب بڑے بھی آپس میں یہ کرتے ہیں (پہلے یہاں مرد صرف جنس مخالف کو

ہی گلے لگاتے تھے، مردوں کو نہیں) اب تو اس کے باقاعدہ کورس لوگوں کو کرائے جاتے ہیں۔ ہمارے اسلام میں یہ پہلے سے ہی موجود ہے۔

بچوں کی یقین کامل (Faith) کے مسئلے میں تربیت کا ایک مشہور صوفی کا واقعہ ہے کہ وہ اپنے بچے سے کہتے تھے کہ اسے جو بھی کھانے پینے کی چیز ضرورت ہو اپنے گھر کی دیوار میں موجود سوراخ کے پاس جا کر مانگے اور انہوں نے اپنی بیوی کو ہدایت کی تھی کہ بچہ جو چیز مانگے وہ دوسری طرف سے آ کر سوراخ میں رکھ دیا کرے۔ کافی دن یہ معمول جاری رہا۔ پھر ایک دن ان کی بیوی وہاں اس کے کھانے کی چیزیں رکھنا بھول گئی، لیکن وہی چیزیں غیب سے وہاں موجود ہو گئیں۔ جب صوفی واپس گھر آئے تو بیوی نے حیرت کے ساتھ یہ واقعہ ان کو سنایا تو انہوں نے بیوی سے کہا کہ اب تمہیں کچھ وہاں رکھنے کی ضرورت نہیں رہی، جو میرا مقصد تھا وہ حاصل ہو چکا ہے۔ بچوں کا ایسا یقین اکثر آپ سے کئی گنا زیادہ مضبوط ہو جایا کرتا ہے۔

انہیں بچپن سے اگر کسی دعا یا ورد پر یقین بیٹھ جائے تو پھر یہ وقت کے ساتھ ساتھ ذہن میں جڑیں بنالیتا ہے۔ اگر آپ کے بچے کوئی غلطی کرتے ہیں تو آپ انہیں سزا دے سکتے ہیں۔ مگر انہیں یہ سزا دینا یا مارنا پیار کے ساتھ ہونا چاہئے، نفرت کے ساتھ نہیں۔ اس میں بھی نظریہ پیار ہی ہونا چاہئے، اور بہتر ہے کہ انہیں اس چیز کا علم ہو۔

حرام کی کمائی پر چلنے والی اولاد اکثر ماں باپ کی نافرمان اور نالائق نکلتی ہے۔ ان کی ساری کمائی کو تباہ کر دیتی ہے۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ اچھے، ایماندار اور مذہبی قسم کے والدین کی اولاد روحانی اور مالی بہت ترقی کرتی ہے جو والدین خود چاہے تنگی سے گزارا کرتے رہے مگر اولاد کو حلال کھلایا، ان کی اولاد بعد میں اکثر بہت زیادہ ترقی کر جایا کرتی ہے۔ یہ چیز بارہا میرے ذاتی مشاہدے میں آئی ہے۔ ایسی اولاد بعد میں ساری کسریں پوری کر دیتی ہے اور فرمانبردار ہوتی ہے۔ ایماندار والدین کو اس بات پر اعتقاد ہونا چاہئے۔

بچوں کی شکل صورت خاندان میں کسی پر بھی نہیں جاتے۔ کچھ خاندانوں میں ایسے بچے بھی پیدا ہو جاتے ہیں جو کسی پر بھی نہیں جاتے۔ کچھ خاندانوں میں گورے رنگ اور نیلی یا سبز آنکھ والے بچے بھی پیدا ہو جاتے ہیں، جب کہ ان کی پشتوں میں ایسا کوئی بھی نہیں ہوتا۔

عموماً بچے ماں کے قد پر جاتے ہیں، سر کے بالوں کا تعلق اکثر نانا نانی سے ہوتا ہے۔

❁❁❁❁❁

کچھ کام کی باتیں

اس میں آپ کو اہم باتیں اور اصول بتانا چاہتا ہوں۔ ان میں اکثر باتیں روحانیت میں نہیں آتی ہیں مگر سائیکالوجی Psychology میں شمار ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ پچھلے کتاب میں بیان کردہ اہم باتوں پر دوبارہ روشنی ڈالی گئی ہے۔ یہ باتیں روحانیت کے طالب علموں (سالکوں) کو بھی معلوم ہونی چاہئیں۔ گو خود کو پسند کرنا اور عقل مند ماننا روحانیت میں نہیں سکھایا جاتا مگر اس کا جاننا ضروری ہے۔ عام زندگی میں یہ بہت اہم باتیں ہیں۔

اپنے آپ کو اہم اور عقل مند سمجھنا:

آپ اتنے ہی عقل مند ہیں جتنا آپ خود کو سمجھتے ہیں یعنی آپ خود کو اپنے یقین میں جتنا عقل مند سمجھتے ہیں، آپ اتنے ہی عقل مند ہیں یا عنقریب بن جائیں گے۔ اس کی مثال ایسے ہی ہے جیسے کسی بچے کا والد اس کو کہتا ہے "تم بے وقوف ہو۔" پھر وہ بچہ سکول جاتا ہے تو اس کا اُستاد بھی اسے کہتا ہے کہ تم بیوقوف ہو تو بچہ خود کو بیوقوف ماننے لگ پڑتا ہے اور وہ آہستہ آہستہ بیوقوف ہو جاتا ہے۔

بالکل یہی اصول ہمارے لاشعور میں کرم فرما ہے۔ کوئی اپنی سوچ میں اسے سارا دن اگر یہی کہتا رہے گا کہ میں بیوقوف ہوں تو وہ بیوقوف ہو جائے گا اور آپ خود کو ہر دفعہ سوچ میں یہی کہیں گے کہ میں عقل مند ہوں تو آپ آہستہ آہستہ اتنے ہی عقل مند ہو جائیں گے جتنا آپ خود کو سمجھتے ہیں۔ آپ یہ سوچ سوچ کر اپنے لاشعور کے سامنے یہ فلم لگا تار چلاتے (جتنی بار اسے سوچیں اتنی بات دہراتے) رہتے ہیں پھر وہ اسے حکم سمجھ کر آپ کو ایسا ہی بنا دیتا ہے۔ اسی طرح ہم اپنی سب دوسری صلاحیتوں کو بھی سوچ کی توانائی دیتے اور تبدیل کرتے رہتے ہیں۔

"ہمارا ہر ایک عملی تجربہ اس مثبت یا منفی یقین کو مزید مضبوط کرتا رہتا ہے۔"

ایک بنیادی اصول یہ بھی ہے کہ آپ جس آدمی کے پاس بھی جاتے ہیں وہ آپ سے وہی سلوک کرتا ہے جس کے قابل آپ اسے تصور اور یقین میں خود کو مانتے (Deserve کرتے) ہیں۔ دراصل جو بات انسان کے دل (یقین) میں بیٹھ جاتی ہے وہ اسے ہی دوسرے پر منعکس (Reflect) کرتا ہے۔

یہ یاد رکھیں کہ خود کو عقل مند سوچنے اور ماننے میں فرق ہوتا ہے، آپ خود کو جو مانیں وہی دوسرے مانیں گے، خود کو پسند کرنا سیکھیں، اگر آپ خود کو پسند نہیں کرتے تو کوئی دوسرا آپ کو پسند نہیں کرے گا۔ جو خود کو پسند کرتا ہے سب لوگ اسے پسند کریں گے۔ دراصل ان سب چیزوں میں کچھ لاشعوری سی نظر بندی بھی کام کر رہی ہوتی ہے۔ جو خود سے پیار نہیں کرتا اسے پیار کہیں نہیں ملتا۔ سیانے کہتے ہیں کہ پیار کو ڈھونڈنے گھر سے نکلے ہو تو ساتھ لے کر جاؤ، ورنہ کہیں نہیں ملے گا۔

اپنی ریسپیکٹ کرنا:

اپنی ریسپیکٹ Respect کریں، جو اپنی ریسپیکٹ نہیں کرتا دوسرا کوئی اس کی ریسپیکٹ نہیں کرتا۔ آپ خود کو جتنا اہم سمجھتے ہیں، اتنے ہی آپ اہم ہیں۔ اس میں یہ خیال کرنا ہے کہ جس بھی آدمی سے آپ مل رہے اور بات چیت کر رہے ہیں وہ بڑا اہم ہے۔ اسے پوری توجہ دیں، ورنہ اگر آپ ایسا نہیں کریں گے تو پھر آپ اچھا بولنے اور اچھا سننے والے نہیں ہیں۔ وہ شخص تو بڑا اہم ہے لیکن آپ کی بھی اتنی ہی اہمیت ہے۔ اگر آپ خود کو اہمیت نہیں دیتے تو دوسرا بھی آپ کو کوئی اہمیت نہیں دے گا۔

خود کو پسند کرنا اپنی ریسپیکٹ کرنے والی بات اگر آپ کی سمجھ میں نہیں آ رہی ہے تو آپ نے اس طرح کرنا ہے کہ جن لوگوں کی آپ ریسپیکٹ کرتے ہیں اور پسند کرتے ہیں خود کو بھی انہی لوگوں کے ساتھ اس لائن میں کھڑا کر لیں۔ کوشش کریں کہ ہر شخص کو اس کی انفرادیت اور اہمیت سمجھائیں۔

خود کو عقل مند مانیں:

خود کو عقل مند مانیں، مگر ہر چیز جاننے کا لوگوں کے سامنے اظہار نہیں کریں کیونکہ جو لوگ ایسا کرتے ہیں، دوسرے لوگ ان سے کٹ جایا کرتے ہیں۔

بات میں دِلچسپی دکھائیں:

دوسروں کی بات میں پوری دلچسپی دکھائیں چاہے وہ بات بظاہر آپ کی دلچسپی کی نہ بھی ہو یا پہلے ہی آپ کے علم میں ہو۔ جو شخص یہ ظاہر کرے کہ وہ سب باتیں جانتا ہے (یعنی جو بھی دوسرا اس سے کہے) لوگ اس شخص کو پسند نہیں کرتے اور جلد ہی اُکتا جاتے ہیں۔

دُنیا دوزخ ہے یا جنت؟

برنارڈ شاہ نے کہا ہے "زندگی ایک ہیرا ہے جسے تراشنا انسان کا کام ہے۔" "دُنیا وہی کچھ ہے جو آپ اسے مانتے ہیں۔ اگر آپ یہ ماننے لگ پڑیں کہ دُنیا میں ہر طرح کی خرابیاں اور دُکھ ہی دُکھ ہیں (جیسا مہاتما بدھ نے فرمایا ہے) تو پھر آپ کو ہر طرف برائیاں، خرابیاں اور دُکھ ہی نظر آئیں گے اور یہ دُنیا آپ کے لئے دوزخ بن جائے گی اور اگر آپ یہ سوچنے لگ پڑیں کہ دُنیا بڑی اچھی جگہ ہے، بہن بھائیوں، ماں باپ، دوستوں عزیزوں کا پیار و محبت، تو دُنیا بڑی اچھی جگہ بن جائے گی۔ یہ دراصل آپ کے اندر سے ماننے کی ہی بات ہے۔ دُنیا میں ہر دور میں اچھوں اور بروں کا ایک تناسب رہا ہے، آپ کو وہی کچھ ملے گا جو آپ مانتے ہیں۔ اس کی مثال میں آپ کو چار بہت بڑے صوفیاء کے ایک واقعے سے دے سکتا ہوں جو کہ سمجھنے والوں کے لئے کافی ثابت ہوگا۔

شیخ ابو سعید ابو الخیر لکھتے ہیں کہ ایک دن دو آدمی میرے پیر شیخ ابو العباس قصاب کی خدمت میں آئے اور عرض کیا کہ ہمارے درمیان کچھ اختلاف ہے۔ ایک کہتا ہے کہ ازل سے ابد تک غم ہی غم ہے، دوسرا کہتا ہے کہ ازل سے

ابد تک خوشی ہی خوشی ہے۔ آپ کیا فرماتے ہیں؟ شیخ ابو العباس نے فرمایا الحمد اللہ کہ قصاب بچہ کا مقام نہ خوشی ہے نہ غم، خوشی اور غم تمہاری صفات ہیں اور یہ حادث (فانی ہے) اور حادث کو قدیم تک رسائی نہیں۔ جب وہ دونوں چلے گئے تو میں نے پوچھا کہ یہ کون تھے؟ آپ نے فرمایا ایک ابو الحسن خرقانی تھا، دوسرا ابو عبداللہ داغستانی۔ شیخ ابو العباس کا جواب بھی صحیح تھا کہ اچھے یا برے کے چکر میں انسان نہ ہو تو پھر کیا ہی بات ہے۔ یہ اوپر بیان کردہ چاروں حضرات صوفیاء فلک کے عظیم ترین ستاروں میں سے ہیں۔ شیخ ابو العباس قصاب کا جواب اصل میں یہ ہونا چاہئے تھا کہ دونوں صحیح کہتے ہو، جو مان لو دُنیا وہی کچھ ہے۔

بنی اسرائیل کے دو پیغمبروں کا بھی ایسا واقعہ کتابوں میں موجود ہے۔

آپ کو یہ بھی چاہئے کہ ہر آدمی کے بارے میں مثبت سوچ رکھیں، پھر دُنیا خود ہی جنت بن جائے گی۔ لوگوں کے بارے میں مثبت سوچنے سے آپ کی مایوسی کا احساس Frustration اور Stress بھی ختم ہو جاتا ہے۔ ایسا کرنا آپ کو خوش رکھے گا۔ صرف مسابقت کی دُنیا میں اور کاروباری معاملات میں دونوں پہلوؤں پر تھوڑا سا غور کر لیا کریں۔ یعنی پہلے مثبت سوچ کر، پھر ذرا کاروباری نظر سے مدمقابل کا جائزہ لیا کریں۔

ہر چیز سیکھنے کی کوشش مت کریں:

آپ کو چاہئے کہ بنیادی اصول تقریباً سب آپ کے علم میں ہونے چاہئیں۔ علم و ہنر محدود ہیں۔ آپ ہر علم نہیں سیکھ سکتے۔ فالتو سیکھی ہوئی چیزیں انسان پر بوجھ ہی بن جاتی ہیں۔ اپنے دائرہ عمل میں آپ کو ماہر ہونا چاہئے۔ بنیادی اصول پتہ ہوں تو ضرورت کے وقت بڑے کم وقت میں انسان کسی بھی نئے علم یا ہنر کا ماہر بن جاتا ہے۔

ذہانت کتابیں پڑھنے اور یاد رکھنے یا مختلف علوم سیکھنے کا نام نہیں، بلکہ اس چیز کو کہتے ہیں کہ انسان نئے حالات میں اپنا راستہ کس طرح بنا سکتا ہے۔ اور حالات و واقعات اکثر تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔

میرا ذاتی خیال یہ ہے کہ معاشرے میں کچھ مفکر اور Think Tanks ایسے ہونے چاہئیں جو سب مسائل کا مجموعی طور پر ضرور جائزہ لیا کریں، ورنہ آج کل علوم اتنے وسیع اور پیچیدہ ہو چکے ہیں کہ کم ہی لوگوں کے بس کی بات ہے کہ وہ زندگی کے زیادہ تر (یا تمام اہم) پہلوؤں کا جائزہ لے کر باقی لوگوں کی اہم مسائل پر رہنمائی کر سکیں۔ گو عام آدمی کی اپنی منتخب لائن میں ہی مہارت کافی ہوتی ہے۔

فضول چیزوں میں ماہر نہ بنیں:

کچھ لوگ ساری عمر کسی فضول کام میں ماہر ہونے میں گزار دیتے ہیں حالانکہ اس چیز کی مہارت کا عملی دُنیا میں کوئی استعمال نہیں ہوتا۔ اس کی مثال کے لئے ایک پرانا واقعہ اس طرح ہے کہ ایک شخص ایک فن میں بڑا ماہر تھا۔ وہ ایک سوئی کو زمین میں گاڑ کر ڈیڑھ دو گز کے فاصلے سے دوسری سوئی پھینکتا جو کہ پہلی سوئی کے ناکے (سوراخ) میں جا پھنستی تھی۔ وہ ایک مغل بادشاہ بابر کے دربار میں گیا اور اپنے اس فن کا مظاہرہ کیا۔ بادشاہ بہت متاثر ہوا، اسے بڑا

انعام واکرام دیا اور پھر جلاد کو حکم دیا کہ اس کو درے لگاؤ اور اس آدمی کو کہا "اتنی مہارت تم نے پیدا کر لی، اس کا تمہیں انعام دیا گیا لیکن اتنی فضول چیز میں مہارت حاصل کی جس کا کوئی عملی استعمال نہیں ہے۔ اس چیز کی تمہیں سزا مل رہی ہے، میں نہیں چاہتا کہ دوسرے لوگ بھی ایسی ہی فضول اور بے کار چیزوں میں مہارت حاصل کریں، اس لئے تمہیں درے لگائے جا رہے ہیں۔" یہ واقعہ سننے کے بعد مجھے خیال آیا کہ جب وہ شخص مغل بادشاہ بابر کے دربار میں آیا تو بابر نے اس کو درے لگوائے اگر وہ شخص اسی خاندان میں اورنگزیب کے بعد آتا تو وہ بادشاہ اسے اپنا وزیر بنا لیتا۔

ماہر ہی بننا ہے تو کسی کارآمد اور بڑی چیز میں ماہر بنیں۔ (مثال تو میں نے دے دی ہے مگر آج کل ایسے ہی کھیلوں کے مقابلے ہوتے ہیں، اگر ان میں کوئی بڑا انعام وغیرہ ہوتا ہے تو پھر وہ فضول کھیل لگتا ہے کہ اس میں بالر اور وکٹ کیپر کے علاوہ باقی سب چرس بھی پیتے رہیں تو خیر ہوتی ہے، دوسروں کی کوئی مناسب ورزش نہیں ہو پاتی، بہتر ہے کہ ایسے کھیل کھیلیں جس میں جسمانی ورزش بھی ہوتی ہو، کیا پتہ آپ انعام کی حد تک نہ پہنچ سکیں۔)

فرسٹ کلاس بنیں:

ہر چیز میں اہم اور فرسٹ کلاس لوگوں کی طرح سوچیں۔ اس لئے شروع شروع میں آپ کسی بھی اہم آدمی کا تصور کریں کہ اگر وہ آپ کی جگہ پر ہو تو وہ اس موجودہ پوزیشن (یا کام) میں کیا کرے گا اور آپ نے وہی کرنا ہے۔

محفل میں بیٹھے ہوئے خود کو کم نہ سمجھیں، بلکہ اہم سمجھیں اور آگے بڑھ کر بات چیت میں حصہ لیں۔ اگر آپ خود کو پیچھے والا (کم اہم Back Seater) سمجھیں گے تو پھر آپ آہستہ آہستہ ایسے ہی بن جائیں گے (ہمیں ہمارے بزرگ اکثر ایسا ہی بنا دیا کرتے ہیں۔)

آپ وہی کچھ بن جاتے ہیں جو آپ خود کو ماننے لگ پڑتے ہیں۔ پھر آپ کو ایسا بننے کی کوشش نہیں کرنی پڑتی، یہ چیز آپ کی شخصیت کا حصہ بن چکی ہوتی ہے۔ گو شروع میں آپ کو کچھ عرصہ ایسا سوچنے کی عادت ڈالنی پڑتی ہے۔

کم اور اچھی چیزیں:

آپ کو چاہئے کہ جب بھی کپڑے یا جوتے وغیرہ لینے ہوں تو کسی اچھی کمپنی اور اچھی کوالٹی کے لیں۔ بجائے کہ سستے اور بہت سے کپڑے لینے کے، چند ایک جوڑے کافی ہیں۔ اچھے کپڑے پہنا کریں۔

ویسے بھی زیادہ کپڑے جوتے وغیرہ لینا ایک قسم کی بیماری سمجھ لیں۔ عورتوں کی طرح ہم میں سے کافی لوگ بھی اس میں مبتلا ہیں۔ حالانکہ شخصیت کی زیادہ اہمیت ہوتی ہے۔ گو یورپ میں اکثر یہ عادت میں نے عموماً ان لوگوں میں دیکھی ہے جن کا یہ یقین ہوتا ہے کہ ان کی جیب خالی رہتی ہے اور عموماً وہ اسے ایسے فالتو چیزیں خرید کر خالی رکھتے ہیں۔

گاڑی لینی ہے تو پرانی اور بڑی گاڑی لے کر اس میں ڈیزل انجن ڈلوانے کی بجائے چھوٹی سوزوکی لے لیں، پھر آپ کو گارنٹی ہوگی کہ جب بھی آپ کا کوئی نقصان ہوا اس کی حد آپ کو معلوم ہوگی۔ پھر ہر وقت مکینک کے پاس بیٹھے رہنے سے بھی بچیں گے۔ عام لوگوں نے بھی جب گاڑی ٹھیک کروانی ہو تو اچھے گیراج میں جائیں، کسی فٹ پاتھ والے مستری سے گاڑی ٹھیک کروا کر اکثر دوبارہ صحیح گیراج میں جانا پڑتا ہے۔

اہم یہ ہے کہ اپنے سر پر کم سے کم تلوار لٹکائیں اور پرسکون زندگی گزارنا سیکھیں۔

Selective یادداشت رکھیں:

آپ کو چاہئے کہ صرف اچھے اور حوصلہ بڑھانے والے واقعات یاد کیا کریں کیونکہ ایسا کرنا آپ کی خود اعتمادی توانائی اور حوصلے کے لئے بہت اچھا ہوتا ہے، اس طرح آپ کی Faith بھی بہتر طریقے سے بڑھتی ہے۔ ناکامیوں اور پریشانیوں کو یاد کرنے سے بچیں۔ یہ آپ کی کوئی مدد نہیں کریں گی بلکہ آپ کو آگے بڑھانے کے بجائے پیچھے کھینچیں گی۔

بے شمار لوگ صرف اسی لئے زندگی میں ناکام رہتے ہیں کہ وہ زیادہ تر پریشانیوں اور ناکامیوں کو یاد کرتے رہتے ہیں۔ بار بار یاد کرنے سے یہ چیز آپ کی شخصیت کا حصہ بن جاتی ہے۔ غلط واقعات کو اپنی یادداشت میں سے شروع میں ہی ختم کر دیا کریں، ورنہ بعد میں یہی ایک واقعہ آپ کے لئے "بھوت" بن سکتا ہے۔ یادداشت کے بارے میں یہ خیال رکھنے والی بات ہے کہ اچھی یادداشت ذہانت کی بنیاد ہوتی ہے۔ سالک کے لئے اچھی یادداشت روحانی سفر میں ایک بڑی مددگار ثابت ہوتی ہے۔

مطمئن (Comfortable) اور خوش باش رہیں:

اگر آپ مطمئن اور خوش باش رہتے ہیں تو لوگ آپ کی صحبت Company میں خوش اور مطمئن رہیں گے۔

بولتے وقت اگر آپ کا لہجہ خوش گوار ہے تو دوسرے پر ایسا ہی اثر کرے گا۔ جب لوگ بولتے وقت لفظوں وغیرہ میں غلطی نہ کرنے کی کوشش میں لگے رہتے ہیں تو ان کا لہجہ بھی اس کوشش کی وجہ سے خوش گوار نہیں رہتا۔ Relax ہو کر اور سکون سے بات کریں۔ مثلاً برصغیر کے لوگ انگلش بولتے وقت اتنی کوشش اور محنت کرتے ہیں کہ ان کو سننے والے کو یہی احساس ہوتا ہے کہ یہ مشکل سے بول رہے ہیں، ایسا سننے والا خود کو سکون میں Relax محسوس نہیں کرتا۔

بہت سے Perfectionist بھی ایسے ہی بولنے اور دوسری چیزیں کرنے میں لگے رہتے ہیں۔ میڈیا والے اردو اور انگلش پر مکمل گرفت حاصل کرنے کی کوشش کریں۔

اہم چیزوں پر توجہ دیں:

عام شروع ہونے والی چیزوں میں اہم چیزوں پر توجہ دیں۔ چھوٹی چھوٹی تفصیلات میں شروع میں ہی پڑنا آپ کو خواہ مخواہ الجھا دے گا۔ وقت آنے پر چھوٹی چیزیں اور مسئلے خود ہی صحیح ہو جائیں گے۔ چھوٹی چھوٹی اور فضول چیزوں میں پھنسنے کی مثال ایسے ہے کہ جب ہلاکو خان کی فوج بغداد میں داخل ہوئی، تو اس وقت خلیفہ کے محل میں یہ بحث ہو رہی تھی کہ مسواک کی لمبائی مٹھی سے کتنی کم ہونی چاہئے۔ اسی طرح جب مسلمان سپین (اندلس) فتح کر

رہے تھے تو ان کے بڑے پادری ان کے بادشاہ کے پاس اس ''اہم بحث'' میں لگے ہوئے تھے کہ سوئی کی نوک پر کتنے فرشتے بیٹھ سکتے ہیں۔ اپنے کام اور اہم باتوں پر توجہ دیا کریں، ہر چیز آپ سیکھ بھی نہیں سکتے۔

ہر چیز کو یقین اور مثبت سوچ کے ساتھ کریں:

اگر آپ کو کسی کام کو کرتے وقت کامیابی کا یقین ہو گا تو آپ کا وہ کام پورا ہو جائے گا کیونکہ یقین ہو تو دماغ خود ہی اس کام کو کرنے کا راستہ ڈھونڈ لیتا ہے۔ شروع میں ناکامی ذہن میں ہو تو پھر دماغ ناکام ہونے کے کئی طریقے ڈھونڈ لیتا ہے۔ ''اگر کوئی چیز کرتے وقت آپ کے ذہن میں یہ ہے کہ اس میں ناکامی ہو گی تو اسے شروع نہ کرنا ہی بہتر ہوتا ہے۔ پہلے اس اندر کی آواز کو بدلیں۔''

کامیابی یا ناکامی:

جیتنا یا ہارنا دماغی کیفیت کے سوا کچھ نہیں Winning or Loosing is a state to Mind۔ اگر آپ خود کو مضبوط اور کامیاب تصور کرتے ہیں تو آپ ہر چیز میں کامیاب ہوں گے اور اگر آپ خود کو ہارا ہوا تصور کرتے ہیں تو آپ ناکام ہی رہیں گے۔ اس میں اہم بات یہ ہے کہ آپ کے سوچنے اور اندر سے ماننے میں فرق ہوتا ہے۔ جو اندر سے مانیں اور یقین کریں وہی ہوتا ہے۔ کھیل میں بھی کامیابی یا ناکامی کی وجہ یہی سوچ ہوتی ہے Winning or Loosing Mentality، جو بھی آپ بنالیں گے وہی ہو گا۔

دُنیا کا کوئی بھی کام ہو، چاہے مادی کام ہو، کوئی مجلسی زندگی کا حصہ ہو، فنونِ لطیفہ سے لے کر کھیل کود کے میدان تک، یہ دُنیا دو قسم کے لوگوں میں بٹی ہوئی ہے۔ Winner جیتنے والا اور Looser ہارنے والا۔ Winner ہر کام میں جیت کا ہی تصور رکھتے ہیں اور جیتتے ہیں۔ Looser ہر کام میں ہار کا ہی تصور رکھتے ہیں اور ناکام ہی رہتے ہیں۔ اصل بات یہ ہے کہ آپ کے اندر ہی یہ دونوں شخصیات چھپی ہوئی ہیں۔ آپ ان میں سے جس کو بھی موقع دیں گے وہ کام شروع کر دے گی اور یہ آپ کے اپنے بس میں ہے کہ آپ اپنی شخصیت کو کس میں ڈھالتے ہیں۔ شروع شروع میں جب آپ Winner کا تصور رکھیں گے تو آپ کو تھوڑی کوشش کرنی پڑے گی۔ مگر کچھ عرصے اور تھوڑے تجربات کے بعد یہ آپ کی شخصیت کا حصہ بن جائے گی۔

پھر آپ کو یہ تصور کرنے کی ضرورت نہیں کیونکہ آپ کی شخصیت ہی ایسی ہے۔ ہر انسان کو اس کا اصول سمجھنا نہایت ضروری ہے۔ دراصل ہم شیر اور بھیڑ دونوں کا مجموعہ ہیں، جسے سوچ کے ذریعے طاقت دیتے رہیں گے وہ بن جائیں گے۔ اس میں کامیاب عملی تجربات کی واضح دلیلیں ہوتی ہیں۔ پھر یہی چیز ہماری عادت کا حصہ بن جاتی ہے اور ہمیں ایسا کوشش کر کے نہیں بننا پڑتا۔

بیٹھنے اور سوچنے سے مت ڈریں:

سیانے کہتے ہیں کہ ایک لمحے کا غور و فکر شب بھر کی عبادت سے بہتر ہوتا ہے۔ ہر شخص کے لئے بہت بہتر ہو گا کہ وہ شروع میں کوئی 20 منٹ اکیلا بیٹھ کر اپنی سوچوں کو محسوس کرے اور ان کو سمجھنے کی کوشش کرے۔ بہت زیادہ لوگ اپنی سوچوں سے ڈرتے ہیں، اس لئے وہ خالی بیٹھ کر سوچ نہیں سکتے۔ وہ اپنی سوچ سے بچنے کے لئے میوزک یا ٹی وی لگا لیں گے، کسی سے باتیں کرنی شروع کر دیں گے خواہ مخواہ قسم کی، سگریٹ لگا لیں گے اور کئی قسم کی مصروفیت نکالنے کی کوشش کریں گے۔ دراصل یہ لوگ خالی فارغ بیٹھنے سے ڈرتے ہیں کیونکہ اس صورت میں سوچیں ان پر حملہ کر دیتی ہیں۔ اس کی بہت سی وجوہات ہوتی ہیں۔ شاید آپ اچھے آدمی نہیں مگر اس کو لوگوں سے چھپاتے ہیں۔ کچھ مسائل، پریشانیاں یا اُلجھنیں ایسی ہیں کہ اگر آپ فارغ بیٹھیں تو وہ آپ کی سوچ میں آئیں گی اور پریشان کریں گی۔ آپ ان پریشانیوں سے بھاگنا چاہتے ہیں حالانکہ پریشانیاں بھاگنے سے ختم نہیں ہوتیں۔ ویسے بھی زندگی فائٹ کرنے اور جدوجہد کرنے سے تبدیل ہوتی ہے۔ آپ کو حقیقت کا سامنا کرنا ہی پڑے گا۔ جتنا جلدی آپ یہ عادت بنائیں آپ کے لئے اچھا ہے۔

آپ ہر روز کوئی 20 منٹ یا آدھا گھنٹہ بیٹھ کر اپنی سوچوں کو دیکھیں کہ آپ کیا سوچ رہے ہیں؟ کیا کیا چیز آپ کی سوچ میں آتی ہے؟ اس کا اصول یہ ہے کہ صحت مند ذہن میں خواہ مخواہ بہت کم سوچیں آتی ہیں، زیادہ سوچیں بیمار ذہن کی نشانی ہیں۔ آپ شروع شروع میں بیٹھیں گے تو بہت ہی مختلف قسم کی سوچیں بھاگتی ہوئی آئیں گی۔ کچھ نہ کریں، بس ان کو دیکھتے جائیں، دو چار دن بعد ہی سوچیں کم ہو جائیں گی۔

جاپان میں Zen ٹریننگ کا بڑا اصول یہی ہے۔ جو لوگ حقیقت سے بھاگتے ہیں وہ سوچوں سے بچنے کے لئے سگریٹ، شراب اور منشیات تک کا سہارا لیتے ہیں لیکن جب نشہ ختم ہوتا ہے تو مسائل وہاں ہی کھڑے ہوتے ہیں اور وہ لوگ پھر نشے میں اپنے آپ کو بھولنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اپنی سوچوں اور پریشانیوں سے بچنے کے لئے ہی بہت سے لوگ ہر وقت مسجدوں وغیرہ میں بیٹھے رہتے ہیں جو کہ ایک بہتر قسم ہے۔

ایسے ہی کچھ لوگ ہر وقت کوئی نہ کوئی ذکر (ورد کرنے) میں لگے رہتے ہیں۔ یہ بھی اچھی چیز ہے لیکن بہتر یہ ہے کہ پہلے اپنی سوچوں کو کنٹرول کریں پھر چاہے سارا دن ورد کرتے رہیں، جس کے بہت سے فوائد ہیں۔ ورد کرنے میں آپ کا ذہن مصروف ہو جاتا ہے اور پریشانیاں بھول جاتا ہے، مگر جونہی ورد ختم ہوتا ہے پریشانیاں پھر حملہ کر دیتی ہے۔ اس لئے پہلے خالی بیٹھ کر اپنی سوچوں کو پڑھنے کی عادت ڈالیں۔ بہت سے روحانیت والے اور پیر اپنے پاس ذہنی پریشانیاں لے کر آنے والوں کو کئی ورد دے دیتے ہیں جس میں وہ مصروف ہو جاتے ہیں اور پریشانی وقتی طور پر بھول جاتے ہیں۔ حالانکہ بہتر طریقہ یہ ہے کہ خالی بیٹھ کر اپنی سوچوں کو دیکھیں (پیچھے باب اسی لمحے میں رہنے میں اس کی تفصیل موجود ہے۔)

بہر حال اگر کوئی زیادہ پریشان رہتا ہو اور کمزور ذہن کا بھی ہو تو اسے چاہئے کہ شروع کے چند ماہ ورد پر ہی زور رکھے، پھر انسان مضبوط ہو جاتا ہے۔ اس کے بعد خالی بیٹھ کر سوچیں دیکھنے کی عادت بنائیں۔ اسلامی روحانیت میں شمع بینی کرنا بھی بظاہر ایسے ہی ہے مگر اس میں ذہن خالی رکھنے کے لئے قوتِ ارادی استعمال کی جاتی ہے۔ جب کہ یہاں پر انسان کو خالی بیٹھ کر اپنی سوچوں کو دیکھنا ہوتا ہے جو آتی ہے آئے جو جاتی ہے جائے۔ اس کے

بعد جب آپ سوچ پر حاوی ہو جاتے ہیں تو پھر خالی بیٹھ کر آپ اپنے اہم روحانی و دنیاوی مسائل پر غور کر سکتے ہیں۔

ہر وقت پرسکون (Relax) رہیں:

ہر وقت ریلیکس رہیں، ایسے لوگ صحت مند رہتے ہیں، جلد بوڑھے نہیں ہوتے۔ ریلیکس رہنے والے کا ذہن بھی پوری طاقت میں ہوتا ہے۔ اس کی سوچ اور فیصلہ صحیح ہوتا ہے، روحانی مشقیں کرنے والا ایسا آدمی بہت ترقی کر جاتا ہے۔ کرامات ایسے ہی ذہن کا کام ہے۔ ایسا شخص ہی ہر کام صحیح اور بہتر طریقے سے کرتا ہے، خود اعتمادی بھی انہی میں ہوتی ہے۔ یہی لوگ اپنی سب ذہنی اور روحانی صلاحیتوں کو انتہائی درجے کی کامیابی سے استعمال کر سکتے ہیں۔ اس کو اپنی شخصیت کا حصہ بنا لیں۔

مکمل Relaxation کی مشق:

ہم سب کام کاج کرنے میں جسمانی توانائی کھوتے رہتے ہیں، اس کو انسان عموماً نیند کی صورت میں واپس پورا کر لیتا ہے۔ دن میں یہی کام عبادت کرتی ہے۔ مگر مراقبات کرنے والوں نے اس کا بغیر پڑھے یا ورد کئے بغیر بھی ایک طریقہ بتایا ہے، جس کے اصولوں کی ہم اپنی عبادت میں بھی مدد لے سکتے ہیں۔ پھر عام روزمرہ کام کاج کی تھکن بھی اسی طریقے سے دور کی جا سکتی ہے۔ ہمیں چاہئے کہ کوئی بھی کام کرتے وقت اپنے اعضاء، پٹھوں اور دماغ پر غیر ضروری دباؤ ڈالنے کے بجائے انہیں ڈھیلا اور پرسکون رکھ کر وہ کام کریں اور ہر کام کرتے وقت خود سے پوچھیں کہ کیا ہم اپنے کام کو خواہ مخواہ مشکل اور ٹینشن والا تو نہیں بنا رہے ہیں۔

ریلیکسیشن کی اس مشق میں پہلے اپنے جسم کو مکمل ریلیکس (ڈھیلا اور بغیر تناؤ کے) کرنا ہے کیونکہ اگر جسم آرام میں نہ ہو تو دماغ اس کی طرف متوجہ رہتا ہے اور جسم کا آرام پورا نہیں ہو پاتا۔ پھر نسوں کو ریلیکس کیا جاتا ہے، اس کے بعد اپنے دماغ کو مکمل آرام دیا (ریلیکس کیا) جاتا ہے۔

یہ تینوں ہونے کے بعد ہمارا جسم اور سب کچھ مکمل آرام کی حالت میں آ جاتا ہے، ایسا کرنے سے منٹوں میں انسان کی توانائی کی کمی پوری ہو جاتی ہے۔ ایسا صحیح طریقے سے کر لینے والے گھنٹوں مراقبات میں پڑے رہتے ہیں اور ان کے لئے اس میں کوئی رکاوٹ نہیں ہوتی۔

یہ تینوں چیزیں ہی ریلیکس کرنے کے بعد انسان اپنے جسم سے باہر جا سکتا ہے، خود کو بھی بھول سکتا ہے۔ اسی کیفیت میں انسان خدا سے بھی تعلق پیدا کر سکتا ہے۔ ایسا کرنے کے لئے پہلے جسم کو پوری طرح تناؤ میں لا کر پھر ڈھیلا کیا جاتا ہے، پھر ہی انسان صحیح ریلیکس کر سکتا ہے۔ (دیکھئے ہپناٹزم کے باب میں اس کا طریقہ موجود ہے) ایسے کرنے کے بعد آپ اپنے دل کی دھڑکن کو بھی کنٹرول میں لا سکتے ہیں۔

ایک سا برتاؤ رکھنا:

لوگوں کو ملنے جلنے میں یہ دھیان رکھیں کہ جس کے ساتھ بھی ملنا جلنا ہو اس کے ساتھ ہمیشہ ایک سا برتاؤ رکھیں

کیونکہ لوگ ایسے انسان کو ملنے میں سب سے زیادہ دقت محسوس کرتے ہیں جو ایک دفعہ تو بغیر کسی واضح سبب کے اچھی طرح ملے اور دوسری بار خراب طریقے (یا خراب موڈ) سے۔ ایسا شخص دل کا اچھا بھی ہو تو لوگ اس سے بھاگ جاتے ہیں۔ ہمیشہ اچھی طرح یا ہمیشہ بری طرح ملیں۔ لوگ اسے برداشت کر لیتے ہیں اور لوگوں سے ملنے میں غیر ضروری تکلف یا بناوٹ کا اظہار کرنے سے بھی گریز کریں۔ اکثر لوگ اس ''اداکاری'' کو سمجھ جاتے ہیں۔

ماضی کی اہمیت:

عام اصول یہ ہے کہ اگر ماضی اچھا تھا تو حال بھی اچھا ہوتا ہے، ہر آدمی خوش قسمت بن سکتا ہے مگر پرانی عادتیں چھوڑنا آسان نہیں ہے۔ اس کے لئے دماغ کی پروگرامنگ کا باب دیکھیں۔ ہمارا لاشعور ایک بچے کی طرح ہوتا ہے، جس طرف لگائیں لگ جاتا ہے لیکن ہم پہلے کے منفی تجربوں کی وجہ سے اسے محدود کر دیتے ہیں۔

اگر ہم کسی طرح لاشعور کو یہ یقین دلا دیں کہ ہم ماضی میں کامیاب تھے تو پھر لاشعور آپ کا مستقبل خود ہی کامیاب بنا لے گا۔ اس کے لئے پہلے کی بری یادوں کو بھولنا سیکھیں اور اچھے کامیاب تجربات یاد رکھیں۔ اگر ماضی خراب ہے تو بقول شاعر:

میرے ماضی کو اندھیروں میں دبا رہنے دو
میرا ماضی میری ذلت کے سوا کچھ بھی نہیں

اسے بھولنے کی کوشش کریں۔ ماضی تبدیل کرنا تو ممکن نہیں ہوتا مگر سوچ کے ذریعے اس کے منفی تجربات کو اپنے حال اور مستقبل پر اثر انداز نہ ہونے دیں۔ اگر کوئی مذہبی غلطی ہو گئی تھی تو اللہ سے اس کی معافی مانگیں ورنہ آپ کے ضمیر پر اس کا بوجھ رہتا ہے اور انسان خود کو کسی نہ کسی طریقے سے سزا دے لیتا ہے۔ ماضی میں اچھے اور کامیاب واقعات کو اکثر یاد کیا کریں، بلکہ انہیں لکھ لیں اور اکثر پڑھا کریں۔ یہ آپ کے مستقبل کو طاقت دیں گے۔ برے ماضی کے ساتھ کبھی بھی چپٹے نہ رہیں۔ مغرب میں اس کو Selective Memory کہتے ہیں۔ صرف وہ چیز اور پہلو یاد کریں جو حال میں مدد دے۔ آدمی ماضی کی ناکامیوں کو بھول سکتا ہے لیکن پرانی عادتیں چھوڑنا آسان نہیں۔

بہر حال اگر انسان قوتِ ارادی Determination استعمال کرے اور ناکامی کے گزشتہ خیالات کو ذہن میں نہ آنے دے تو پھر ایسا بالکل ممکن ہے۔

احساسِ کمتری:

ہم ساری عمر احساسِ کمتری سے لڑنے ہی میں گزار دیتے ہیں۔ ہمارے ملک میں اس کی عام صورتیں پیسہ، کھانا، پینا، عزت، سیلف ریسپیکٹ، جنس مخالف کے بارے میں سوچ وغیرہ ہیں۔ ان کی بنیاد بچپن سے ہی پڑتی ہے اور پھر کچھ عادتیں ساری عمر پیچھا نہیں چھوڑتیں۔ قابل تعریف ہیں وہ والدین جو اپنی اولاد کو اس سے بچا کر اور (حسب توفیق) اچھی راہ پر لگا کر بڑا کر لیتے ہیں۔ انہی کمزوریوں کا مظاہرہ ہمارے سیاسی اور دوسرے رہنما بھی

لگاتار کرتے رہتے ہیں۔ خصوصاً بھوک ان کی نظر سے نہیں گئی۔ ہر وقت خود کو دوسروں سے تیز اور ذہین تصور کرنا بھی اسی کی ایک صورت ہے۔

صحیح تیز اور ذہین انسان کو اس کی ضرورت نہیں ہوتی، سب اسے جانتے ہیں۔

میکناٹیزم (Magnetism):

انسان میں چار قسم کا میکناٹیزم (کشش) ہوتا ہے، ایک جسمانی میکناٹیزم ہوتا ہے، دوسرا ذہنی، تیسرا دل کا اور چوتھا روح کا میکناٹیزم ہوتا ہے۔ جسمانی کشش سے سب لوگ واقف ہیں، جسمانی حسن کا اس میں اہم کردار ہوتا ہے۔ بظاہر جسمانی طور پر پرکشش یا Fit ہونے کے باوجود اگر ذہن اُلجھا ہوا ہو، آنکھوں اور چہرے پر تفکر کے اثرات ہوں تو آپ جاذب نظر نہیں رہیں گے ہنس مکھ چہرہ سب پسند کرتے ہیں۔ اسی طرح اُٹھنے بیٹھنے، بولنے چالنے میں آداب اور وقار آپ کی شخصیت کو انتہائی پرکشش بناتا ہے۔ (خصوصاً عورتوں کو)

ذہنی میکناٹیزم میں باتوں کو جلدی سمجھ جانا، لوگوں سے اچھی بات چیت کرنا، لوگوں کو اپنی طرف متوجہ کرنا، حاضر دماغی یہ سب ذہنی کشش میں آتے ہیں۔ یہ سوچ بچار کرنے اور لوگوں کے حالات کو سمجھنے سے آجاتا ہے اور عام لوگوں سے ان کے رہنماؤں میں زیادہ ہوتا ہے۔ بلکہ سیاسی رہنماؤں کی یہ اہم ضرورت ہوتا ہے۔

پھر اچھے دل کا میکناٹزم ہوتا ہے، ہر آدمی اسی شخص کی طرح کشش کرتا ہے، ہر آدمی اسے پسند کرتا ہے۔

آخری قسم جو روح کا میکناٹیزم کہلاتا ہے، یہ سب سے زیادہ طاقتور اور اثر کرنے والا ہوتا ہے۔ یہ روحانی لوگوں میں پایا جاتا ہے۔ ایسے لوگوں کا وجود ہی برکت کا باعث ہوتا ہے۔ یہ تسخیر ذہن اور دل بھی کرتا ہے۔

انبیاء اور پیغمبروں میں یہ اپنی انتہائی اونچی اور طاقتور صورت میں ہوتا ہے۔

انسانی فطرت کی تبدیلی:

انسان کی عادتیں تبدیل ہو جاتی ہیں، فطرت تبدیل کرنا بہت ہی مشکل ہے۔ آپ کو چوروں، ڈاکوؤں، راشیوں میں بھی اچھی فطرت کے لوگ ملیں گے، جو موقع ملتے ہی توبہ تائب ہو جاتے ہیں (ایسے لوگوں کو آپ ان کی آنکھ، چہرے، مہرے اور بات چیت سے پہچان سکتے ہیں کہ یہ اچھے دل کے ہیں) اسی طرح مسجد میں بیٹھنے والے بھی خراب فطرت کے ہیں تو ان کو خراب صحبت دو دن میں ہی اپنی فطرت کی طرف لے جاتی ہے۔ میرے خیال میں اکثر لوگوں میں ان کی نیچر (فطرت) چھ سال کی عمر سے پہلے ہی بن چکی ہوتی ہے۔ کچھ واقعی اچھی فطرت (نیچر) کے مالک ہوتے ہیں انہیں سدھارنے میں وقت ضائع نہ کریں۔ اتنی ہی محنت سے کئی دوسرے صحیح راستے پر آجائیں گے۔ اسی پر سلطان باہوؒ کہتے ہیں:

کے جایاں نہیں تھکدی جے دلوں نہ تکایئے ھُو
کھاری کھوہ مٹھے نہیں ہوندے باہوں سیاں منڑ کھنڈ پایئے ھُو

گنگا نہاتیاں پاپ نہیں ڈھلدے بھانویں سو سو غوطے کھایئے ھُو
نپاں دے پُت جر نہیں بن دے بھانویں چُلیوں دُدھ پیایئے ھُو

ترجمہ: مکہ جانے سے کفر نہیں ختم ہوسکتا، اگر اس کو دل سے ختم نہ کیا جائے۔ کڑوا کنواں کبھی میٹھا نہیں ہوسکتا، چاہے اس میں سینکڑوں من چینی ڈال دیں۔ گنگا میں نہانے سے گناہ نہیں ڈھل سکتے، چاہے اس میں سینکڑوں غوطے لگا لیں۔ سانپوں کے بچے کبھی وفادار نہیں ہوسکتے چاہے ان کو چلو (ہتھیلی) سے دودھ پلاتے رہیں۔

ایسے بروں کو آپ کیسے راست پر لائیں گے؟ اس پر قلندر ایک شعر بنا رہا ہے:

نہ مُلا جنگل جائے نہ رچھ مسیتی آئے

ترجمہ: نہ مولوی جنگل جائے نہ ریچھ مسجد میں آئے۔

اسی طرح مذہب کی بات یا کسی دوسرے مذہب والے یا لا دین کو تبلیغ کرنے سے پہلے اس کی قسم دیکھ لیں۔ گہرا سوچنے والے لوگ ہی مذہب و فلاسفی میں دلچسپی لیتے ہیں، ان سے ہی تبلیغ وغیرہ کریں۔ خصوصاً مغرب میں دہریا قسم کے لوگوں سے مذہب کی بات کرنا اکثر بھینس کے آگے بین بجانے والی بات ہوتی ہے۔

علم حجاب الاکبر:

روحانیت میں بعض اوقات علم حجاب اکبر بن جاتا ہے کیونکہ جس آدمی نے پہلے زیادہ کتابی علم حاصل کیا ہو وہ اپنے پیر اُستاد کی بتائی ہوئی باتوں کو (یعنی ان کی عینک لگا کر) اپنے پرانے علم کے ساتھ ملا کر دیکھتا رہتا ہے کہ وہ اس کے علم کے ترازو پر پوری اُترتی ہیں یا نہیں۔ یہ مسئلہ مشہور صوفی بزرگ نجم الدین کبریٰؒ کو پیش آیا تھا۔ وہ شرعی اور دوسرے علوم میں مہارت حاصل کرنے کے بعد طریقت کی طرف آئے تو ان کے تینوں اُستاد جو کہ پائے کے صوفی تھے، جو کچھ ان کو سکھاتے تھے، اس کے سیکھنے کے بعد نجم الدین کبریٰؒ کے ذہن میں یہ خیال آتا تھا کہ ان کا ظاہری علم اُستادوں سے زیادہ ہے۔ اس پر ان کے اُستاد انہیں دوسرے اُستاد کے پاس بھیج دیتے تھے، وہاں بھی ان کو یہی خیال آتا تھا۔ پھر جب انہیں اُستادوں نے سمجھایا تو پھر وہ بڑے شرمندہ ہوئے کہ ان کا علم شرعی تھا، روحانی نہ تھا۔ روحانی علم میں اُستاد ان سے بہت آگے تھے۔

یہ مسئلہ بہت سے روحانیت کے طالب علموں کو پیش آتا ہے، وہ عموماً استاد کی باتوں کو اپنے پرانے علم کے ترازو میں تول کر دیکھتے رہتے ہیں کہ وہ ان کے خیالات اور پرانے علم سے مطابقت رکھتا ہے یا نہیں۔ اسی چیز کو ختم کرنے کے لیے کئی استاد پہلے ان کے پرانے علم کی صفائی کرتے ہیں پھر نئی چیزیں سکھاتے ہیں۔ اس علم کو Unleaning کہتے ہیں۔

پہلا علم انسان کے مرشد سے ایمپریس ہونے میں رکاوٹ ہوتا ہے۔ اسلام کی روحانیت میں صحیح اُستاد اپنے شاگرد کو لفظی علم نہیں دیتا بلکہ اس کو اندرونی طاقت اور انرجی دیتا ہے۔ گو لفظی علم بھی کچھ نہ کچھ ضروری ہوتا ہے مگر زیادہ ہو جائے تو پھر حجاب بن جاتا ہے۔ ایسا لفظی علم رکھنے والا اپنے اُستادوں سے کم ہی متاثر Impress ہوتا

ہے۔ اُستادان کے ساتھ ویسے ہی کرتا ہے جیسے کوئی موٹر سائیکل یا کار جب مکینک کے پاس جاتی ہے تو وہ اس کی ٹیوننگ کرتا ہے۔ کار اور موٹر سائیکل دیکھنے میں پہلے کی طرح ہی ہوتی ہے، مگر اندرونی طور پر زیادہ صحیح ہو چکی ہوتی ہے۔ پیر بھی مرید کی ایسے ہی اندرونی ٹیوننگ کرتا ہے۔ بیرونی علم کی اس میں کوئی خاص ضرورت نہیں ہوتی۔ شریعت زیادہ پڑھنے والوں کو بھی روحانیت میں اس مسئلے سے واسطہ پڑتا ہے کہ کچھ چیزیں شریعت سے باہر بھی نظر آسکتی ہیں۔ شریعت پر عمل ہر حال میں لازم ہے مگر خواہ مخواہ زیادہ باریکیوں میں مت جائیں، ورنہ شک وشبے میں مبتلا ہو کر پیچھے رہ جائیں گے۔

خود کو قابل ماننا:

کسی بھی چیز کو سیکھتے وقت یا کسی بھی اہم کام کو شروع کرتے وقت آپ کو خود کو اس قابل ماننا چاہئے کہ آپ اس کام کرنے کے قابل ہیں۔ بلکہ اپنا پچاس فیصد زور پہلے اسی چیز پر لگانا چاہئے۔ اگر آپ خود کو اس کام کو کرنے کے قابل سمجھتے ہیں تو آپ وہ کام کامیابی سے کر لیں گے، ورنہ نہیں کر پائیں گے۔

کام چاہے روحانی دُنیا کا ہو یا مادی دُنیا کا، سب سے زیادہ اہمیت اسی چیز کی ہوتی ہے۔ کچھ لوگ گو اس چیز کو سمجھتے ہیں مگر اسے اتنی زیادہ اہمیت نہیں دیتے۔ حالانکہ اسی کی ہی سب سے زیادہ اہمیت وضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ خود کو کسی کام کے قابل نہیں جانتے تو پھر کوئی دوسرا آپ کی کوئی مدد نہیں کر پاتا۔ کیونکہ آپ نے پہلے ہی ہاتھ آگے کر کے اس چیز سے فاصلہ کر لیا ہوتا ہے۔ آپ ایسے شخص ہیں جو خود ہی دروازہ بند کر کے بیٹھ گیا ہے، اسے کھول کر بیٹھیں۔

جو پڑھیں اسے ہضم کریں:

جو کچھ بھی کتابوں سے پڑھ کر سیکھا ہے جب تک آپ کا دل یہ گواہی نہ دے کہ یہ صحیح ہے، اس وقت تک یہ اصلی علم میں تبدیل نہیں ہو سکتا اور مزید کسی علم کو سیکھنا ابھی بہتر نہیں۔ جب انسان کا دل اسے صحیح مان لیتا ہے تو جب بھی وہ اسے دوسروں کو بتاتا ہے تو پھر اس کی آواز اندر سے اور دل سے نکلتی ہے، ورنہ کھوکھلی رہتی ہے۔ اسی چیز کو علم کا عقل سے بڑھ جانا بھی کہا جا سکتا ہے۔ (اصل لفظ تعلیم کا عمل سے بڑھ جانا ہے)

میرے ہالینڈ کے پرانے واقفوں اور دوستوں میں ایک ڈچ لڑکی Sunne تھی، جو بڑی پڑھی لکھی اور سمجھدار تھی۔ میں 1993ء میں اسے کافی دنوں کے بعد ملا تو کہنے لگی کہ اَب تم تبدیل ہو گئے اور پہلے سے خاصے بہتر ہو گئے ہو۔ میں نے پوچھا کہ تم نے کیا محسوس کیا ہے؟ کہنے لگی کہ پہلے تم جو باتیں کرتے تھے تو اندر سے نہیں بولتے تھے۔ اب تم جو کچھ بھی کہتے ہو وہ اندر سے کہتے ہو۔

وجہ یہی تھی کہ پہلے میں سنی سنائی باتیں کیا کرتا تھا، اَب ہضم کی ہوئی باتیں تھیں۔ کسی بھی آدمی کی بات چیت سے آپ اندازہ کر سکتے ہیں کہ وہ اندر سے بول رہا ہے یا اوپر سے ہی۔

خود اعتماد آدمی اندر سے بولا کرتا ہے، اندر سے بولنا ہی دوسروں کو متاثر کر سکتا ہے ہر مذہبی یا سیاسی رہنما کو یہ چیز اچھی طرح سمجھ لینی چاہئے۔

جلدی سیکھنا:

سائنسدانوں نے سیکھنے کے بارے میں تجربات میں دیکھا ہے کہ کسی بات کو پڑھنے سے آدمی اسے صرف کوئی بیس فیصد یاد رکھتے ہیں۔ کسی سے سن کر 30 تا 35 فیصد سیکھ لیتے ہیں۔ اسی چیز کو اگر اُستاد عملی طریقہ سے کر کے بتائے تو کوئی 55 فیصد اور اس کے بعد وہ آدمی خود اگر کسی کو پریکٹیکل کر کے سمجھائے تو پھر وہ اس چیز کو تقریباً 70 فیصد یاد رکھتا ہے اور اگر ایسا پریکٹیکل کر کے دکھانے کے بعد وہ پھر اسے خود کرے تو 90 فیصد تک انسان یاد کر لیتا ہے۔ انسان کا یقین بھی اسی طرح تجربات کر کے ہی پختہ ہوتا ہے اور شک ختم ہوتا رہتا ہے۔ نفسیات دان انسان کے لاشعور کو Universal Memory کہتے ہیں اور اس کے کام کرنے کے اصول بھی یادداشت کی طرح ہی ہے۔

ہر چیز سیکھنے میں بہتر طریقہ یہ ہے کہ پہلے اس کا کتابی علم (یا تھیوری) پڑھیں، پھر اس پر اپنا ذہن لڑائیں۔ بہت سے لوگ صرف دوسروں کی باتوں سے ہی سیکھنا کافی سمجھتے ہیں۔ جو کہ انسان کو پختہ نہیں ہونے دیتا۔ پہلے تھیوری پڑھیں اور پھر لوگوں سے بات چیت کر کے سیکھیں۔ یہی صحیح طریقہ ہے۔ ہر نئی چیز کا خود سامنا کریں، پھر اس کا سیکھنا آسان رہتا ہے۔

یہ بھی یاد رکھیں کہ صحیح جواب لینے کے لئے صحیح سوال کرنا بڑا ضروری ہوتا ہے۔

ذاتی تجربے میں آیا ہے کہ اگر کسی بھولنے والی بات کو رات سونے سے پہلے یاد کر لیں پھر اسے تقریباً ہفتے کے بعد ایک دفعہ یاد کر لیں تو یہ کبھی نہیں بھولتی۔

Perfectionist نہ بنیں:

مکمل (Perfect) صرف اللہ کی ذات ہے۔ خود کو مکمل بنانا اللہ سے دُشمنی کرنے والی ہی بات ہے۔ ویسے بھی پرفیکشنسٹ کبھی خوش نہیں ہوتا کیونکہ وہ اپنی حالیہ حالت سے کبھی مطمئن نہیں ہوتا۔ ہم لوگ ساری عمر اپنے کمزور پہلو اور خامیاں درست کرتے رہتے ہیں، اور جب یہ بہت حد تک درست ہو جاتی ہیں تو ہم بوڑھے ہو چکے ہوتے ہیں، جو کہ بذات خود ایک نہ ختم ہونے والی کمی ہے۔ Perfectionist کا سب سے بڑا مسئلہ یہ بھی ہوتا ہے کہ وہ کوئی کام شروع کرے تو اسے ختم ہی نہیں کرتا، کیونکہ اسے تسلی ہی نہیں ہوتی۔

پرفیکشنسٹ خود کو دوسروں کی نظر سے ہی دیکھ کر مطمئن ہو سکتا ہے اپنی نظر سے نہیں۔ دوسروں کی نظر میں وہ اکثر ہیرو ہوتا ہے۔ اگر ایسا شخص کوئی کتاب شروع کرتا ہے تو اسے ختم کر کے چھپوانے کا نام ہی نہیں لیتا (قلندر بولا خود تم بھی ایسے ہی ہو اور یہی کچھ کر رہے ہو) روحانیت میں دلچسپی رکھنے والے اپنی شخصیت (پرسنالٹی) کو ڈیولپ Develop کرنے میں لگ جائیں تو بہت سی توانائی اس میں خرچ ہو جاتی ہے۔ انہیں چاہئے کہ روحانیت سے متعلقہ

کمزوریوں پر ہی قابو پالیں، جو کافی رہتا ہے۔ روحانی ترقی کے بعد باقی سب کمزوریاں بآسانی دور ہو جائیں گی۔

عام لوگ اس پر پوری توجہ دے سکتے ہیں لیکن اپنی اور دوسروں کی ایک آدھ کمزوری کے ساتھ ہی گزارا کرنا سیکھیں تو زندگی بہت بہتر گزرتی ہے۔

Perfectionist ہر کام کرتے وقت غلطی کرنے سے ڈرا رہتا ہے اسے شرمندگی کی ڈر (ناکامی کی صورت میں) رہتا ہے اس ڈر کی وجہ سے روحانی ترقی میں رکاوٹ رہا کرتی ہے۔

منہ کا کام منہ سے لیں:

بہت سے لوگ ایک چیز کا کام دوسری چیز سے کرتے ہیں۔ جیسے اگر کھانا کھانا ہو تو بجائے منہ اور معدے کے کام لینے کے دماغ سے کام لیتے ہیں۔ ایسے ہی منہ سے پڑھیں، ہر پڑھائی یا عبادت میں خواہ مخواہ دل سے پڑھنے کی کوشش نہ کریں۔ ایسے کرنے سے محنت ضائع ہوتی ہے اور اُلٹا انسان کی صحت یا ذہن پر زور پڑتا ہے۔ وقت آنے پر انسان خود بخود اندر اور دل سے پڑھنے (دل ذکر کرنا شروع) لگ پڑتا ہے۔

ہر کام اسی عضو سے لیں جس سے وہ کرنا چاہیے، دوسرے پر خواہ مخواہ زور نہ ڈالیں۔

''پیار کریں تو دل سے کریں دماغ سے نہیں۔''

اندرونی و بیرونی علم:

اندرونی علم سے ہی اصل روحانیت ہے۔ حضرت علی کرم اللہ وجہ نے حضرت امام حسنؓ کو تعلیم فرمائی ''اے میرے فرزند تیرا فکر تیرے لئے کافی ہے، تیرا درد اور تیری دوا تجھ میں ہے، کوئی چیز تجھ سے باہر نہیں، تو اُم الکتاب ہے، اے فرزند! تو ایک چھوٹا جسم ہے اور تیرے اندر ایک بڑا جہان ہے۔''

گو صرف اندرونی علم ہی کافی نہیں۔ اگر انسان کے پاس صرف روحانی یا اندرونی علم ہی ہو تو یہ کافی نہیں ہے۔ کیونکہ صرف اس کی مدد سے وہ عام دنیا کے کام کاج صحیح طریقے سے نہیں کرسکتا، جیسے کاروبار کرنا، کفایت شعاری اور دوسرے ملازموں وغیرہ سے کام لینا۔ ان کاموں کے لیے بیرونی علم بھی لازمی ہیں، وہ انسان اعتدال میں نہیں Out of Balance ہو جاتا ہے۔ اصل روحانی وہی آدمی ہے جو دنیاوی کام بھی صحیح طریقے سے کر سکے۔ ورنہ یہ شخص باقی ساری دنیا سے کٹ کر رہ جاتا ہے۔

پرانے وقتوں میں فقیر خانقاہوں یا ویرانوں میں رہتے تھے۔ اس وقت ان کو کام کاج سے کوئی واسطہ نہ ہوتا تھا لیکن آج کل ایسا کرنا آسان نہیں ہے لیکن اندرونی علم کی اہمیت بیرونی علم سے بہرحال زیادہ ہوتی ہے۔ صرف بیرونی علم کیا ہے؟ اس پر علامہؒ صاحب کا شعر ہے:

خدا تجھے کسی طوفان سے آشنا کر دے — کہ تیرے بحر کی موجوں میں اضطراب نہیں
تجھے کتاب سے ممکن نہیں فراغ کہ تو — کتاب خواں ہے مگر صاحب کتاب نہیں

بابا بلھے شاہؒ اپنے اندر کے علم اور سمجھ کے بارے میں کہتا ہے:

پڑھ پڑھ عالم فاضل ہویوں کدی اپنے آپ نوں پڑھیا ای نہیں
بھج بھج وڑنا ایں مندر مسیتے کدی من آپنے وچ وڑیا ای نہیں
اُنج تے روز شیطان نال لڑنا ایں، کدی نفس اپنے نال لڑیا ای نہیں
روز آسمانوں اُڈدے پھڑیں، جیہڑا گھر بیٹھا اوہنوں پھڑیا ای نہیں

ترجمہ: پڑھ پڑھ کے تو عالم فاضل کہلاتے ہو مگر کیا فائدہ جب خود کو ہی نہیں پڑھ پائے، مندر اور مسجد میں بھاگ بھاگ کر جا گھستے ہو اور اپنے دل کے اندر نہیں جاتے، ویسے تو روز شیطان کے ساتھ لڑتے رہتے ہو مگر اپنے نفس کے ساتھ کبھی نہیں لڑ پائے، ہر روز جو آسمانوں پر اُڑتا پھر رہا ہے (یعنی شیطان) اُسے پکڑتے پھرتے ہو مگر نفس کو جو گھر میں ہی بیٹھا ہے اسے تو نہیں پکڑتے۔

علم کیمیا:

کیمیا (سونا بنانے کا طریقہ) میں ہمارے بے شمار بزرگوں نے اپنی عمریں تباہ کیں۔ حالانکہ اگر اس کا کوئی ایک بھی طریقہ یا کلیہ ہوتا تو وہ کہیں نہ کہیں لکھا مل جاتا (یا گورے ڈھونڈ لیتے) دراصل انسان جب روحانیت اور یقین میں ایک حد تک ترقی کر جاتا ہے تو اس کے لئے یہ ممکن ہوتا ہے کہ وہ کسی دوسری دھات کو سونے میں تبدیل کر دے، وہ دوسری دھاتوں کے الیکٹران وغیرہ میں تبدیلی کر کے انہیں سونے میں تبدیل کر سکتا ہے۔ مگر اتنی روحانی ترقی کے بعد اسے ایسی چیزوں میں دلچسپی ہی نہیں رہتی۔

میرے خیال میں جتنی بھی غریب یا وہمی قسم کی قومیں ہوتی ہیں وہ ایسی ہی فضولیات میں پھنسی رہتی ہیں۔ ان میں یہ رواج (کیمیا جادو وغیرہ) زیادہ ہوتا ہے، جو کہ فراریت میں آتا ہے۔ کامیاب کاروباری جتنا سونا چاہیں بازار سے خرید سکتے ہیں۔ کیا یہی آپ کے لیے کیمیا سے آسان اور یقینی راہ نہیں؟

''یاد رکھیں سونا بنانا آپ کے دماغ میں چھپا ہوا ہے اسے باہر نکالیں۔''

درجوں میں فرق:

روحانیت میں انسانوں کے مختلف درجے ہوتے ہیں۔ ولی اللہ کے بھی اپنے اپنے درجے ہیں۔ ولایت کا اونچے سے اونچا درجہ بھی پیغمبر سے کم ہوتا ہے۔ پیغمبر میں بھی رسولوں کا درجہ بڑا ہوتا ہے۔ پھر رسولوں کے بھی درجے ہوتے ہیں۔ ولی اللہ کی بات کی بھی اتنی اہمیت نہیں ہوتی جتنی پیغمبر کی بات کی۔ پیغمبر سے رسول کی بات زیادہ اہم ہوتی ہے۔ اللہ کی بات (الہامی کتابیں) سب سے اہم ہوتی ہے۔

آپ کسی بھی ولی اللہ کی بات کو قرآن کی بات سے نہیں ملا سکتے. قرآن ہی ایک ایسی کتاب ہے جو سو فیصد صحیح ہے. اس میں یہ دھیان رکھیں کہ یہودی اپنے ہر ایک صحیح راستہ بتانے والے کو ہی نبی پیغمبر کہتے تھے. ہم انہیں پیغمبروں کو مانتے ہیں جن کا ذکر قرآن پاک میں آیا ہے، ان میں بھی اولوالعزم پیغمبر زیادہ اہمیت رکھتے ہیں. پیغمبروں میں یہ بھی یاد رکھیں کہ حضرت داؤدؑ کی غلطی کا بھی بائیبل میں تذکرہ ہے. کہنے کا مقصد یہ ہے کہ کسی بھی ولی اللہ کے خیالات، ان کے خواب کشف وغیرہ کو سو فیصد صحیح نہیں مانا جا سکتا، کیونکہ اسی طرح بہت سی غلط فہمیاں پیدا ہوتی رہتی ہیں. ان کی بات سو فیصد صحیح سمجھنا بھی اسی طرح ہوتا ہے.

ولی اللہ کتنا ہی بڑا کیوں نہ ہو، اس کے خواب یا مشاہدے کو ہم دین کی بنیاد نہیں بنا سکتے. ولی اللہ غلطی کر سکتا ہے اور کیا کرتا ہے، گو اس کے درجوں کی ترقی کے حساب سے یہ کم ہوتی جاتی ہیں. اکثر لوگ ان کی غلطیوں کو دیکھ کر ہی ولی اللہ ماننے سے انکاری ہوتے ہیں. جبکہ غلطیوں سے پاک صرف اللہ ہی کی ذات ہے. سو فیصد ڈھونڈنے والے کو کبھی کوئی ولی اللہ نہیں ملے گا.

ہر وقت اصلاح

کچھ لوگ ہر وقت دوسروں کی اصلاح میں لگے رہتے ہیں. ایسا کرنے والوں سے دوسرے لوگ کنی کترانے لگتے ہیں. ہر وقت اس کام میں نہ لگے رہیں. گو یہ بری چیز نہیں، مگر اعتدال ہی اس میں بہتر رہتا ہے. پھر یہ بھی ہے کہ اصلاح وہ کرے جو خود پاک صاف ہو. پھر ہی بات دل سے نکلتی ہے اور دل تک جاتی ہے. کسی کو نصیحت کرنے کے بارے میں ہی جارج برنارڈ شاہ نے کہا ہے کہ کسی کو نصیحت مت کرو، کیونکہ بے وقوف سنتا نہیں ہے اور عقل مند کو اس کی ضرورت نہیں.

ہنسی مزاح

ہنسی مزاح ایک بہت اچھی چیز ہے، مگر اس میں ایک حد ہی صحیح رہتی ہے. حدیث پاک ہے کہ زیادہ ہنسنے سے دل مردہ ہو جاتا ہے. زیادہ ہنسی ویسے بھی اکثر دکھ چھپانے کے لئے ہوتی

ہے۔ بہت سے لوگ اس کی آڑ میں دکھ چھپاتے ہیں، جو حقیقت سے فرار تک چلی جاتی ہے۔

صوفیا اس میں ایک لفظ استعمال کرتے ہیں جسے "خندہ پیشانی" کہا جاتا ہے، یہ سب سے بہتر چیز ہے۔ اچھا مزاح Humor ذہانت کی نشانی ہے۔ ایسے شخص کو سب لوگ پسند کرتے ہیں۔ بلکہ انسانی شخصیت اس حسن کی عدم موجودگی میں کھوکھلی سی رہ جاتی ہے۔ مزاح میں خود پر ہنسنا بڑا دلچسپ رہتا ہے۔ پھر جو شخص خود پر ہنس لیتا ہے۔ اسے دوسرے کم ہی زچ کر سکتے ہیں۔ ہر قسم کی صورتحال میں اس کا مزاحیہ پہلو دیکھا جا سکتا ہے، خصوصاً کسی بھی پرابلم کا۔

جاپان میں ایک آدمی تھا جو ہر وقت ہنستا رہتا تھا، لوگ اسے ہنسنے والا بدھا کہتے تھے۔ Zen سکول والے ہنسی کو گیان کا زینہ بھی کہتے ہیں۔ کھل کر ہنسنا سیکھیں اس کا اپنا جادو ہوتا ہے، اس کے دورے سے ہر حالت میں بچنا چاہئے۔ حدیث پاک ہے کہ مسکراتا چہرہ مومن بھائی کے لئے صدقہ جاریہ ہے۔

کسی بھی لڑائی جھگڑے سے شروع میں آپ کا ایک مزاح آپ کو اس سارے "بکھیڑے" سے بچا سکتا ہے۔ دوسرے لوگ اکثر ہنس کر غصہ بھول جاتے ہیں۔ اگر آپ کا کوئی واضح مقصد نہیں ہے تو دوسروں کو اچھے مزاح وغیرہ سے خوش کرنا ہی مقصد بنا لیں۔

انسان عجیب مخلوق

جانور کی مخصوص عادات ہوتی ہیں۔ جب بھوک لگتی ہے تو کھانا کھاتا ہے، پھر مثلاً اگر شیر ہے تو بھوکا مر جائے گا مگر گھاس نہیں کھائے گا۔ مگر انسان بغیر بھوک کے ہی کھاتا رہتا ہے اور ہر چیز کھا لیتا ہے۔

ایسے ہی جانوروں کی نسل کشی کا بھی وقت ہوتا ہے اور مخصوص طریقہ۔ انسان کی کوئی حدود، کوئی طریقہ نہیں ہے۔ شیر اگر انسان کو مارتا ہے تو اس کے پاس وجہ ہوتی ہے کہ اسے بھوک لگی ہے۔ (قلندر کہہ رہا ہے کہ یہ خاصی معقول وجہ ہے) مگر انسان بغیر کسی وجہ کے ہی سب جانوروں کو مارتا رہتا ہے۔ ہمیں کچھ سبق جانوروں سے بھی سیکھنے چاہئیں۔

پھرتیلے اور چست و چالاک رہا کریں

آپ کو چاہئے کہ ڈھیلے ڈھالے انداز میں کھڑے ہونے یا چلنے کے بجائے چست طریقے سے رہیں۔ عام رفتار سے ایک چوتھائی رفتار سے تیز چلنا اس کی ایک بہتر قسم ہے۔ پھر انسان کا

ذہن بھی چست رہتا ہے۔ کچھ عرصہ ایسا کرنے کے بعد انسان کا ذہن خود بخود (آٹومیٹک) اسے کرنے لگ پڑتا ہے۔ ایسے کرنے سے انسان کا جسم کچھ وقت کے بعد زیادہ پھرتیلا اور توانا ہو جاتا ہے۔

فورز جیمز نے کہا ہے کہ بڑھاپے کی سب سے بڑی نشانی تن آسانی ہے جو اس سے مبرا ہے وہ بوڑھا نہیں کہلا سکتا۔

لکھنے کی عادت ڈالیں

ہم میں سے اکثر لوگوں کو لکھنے کی عادت نہیں ہوتی، حالانکہ یہ انسان کی کامیابی اور ذہنی ترقی میں بڑا اہم کردار ادا کرتی ہے۔

خود کو عادت ڈالیں کہ ہر اہم چیز لکھ لیا کریں۔ ہر اہم چیز یا پروگرام لکھ لیں تو پھر انسان اسے نہیں بھولتا۔ اگر کوئی نیا کاروباری خیال بھی آپ کو آتا ہے تو اسے لکھا کریں۔ کیوں کہ عام طور پر ہم اپنے خیالوں کو کم اور دوسروں کے نئے خیالات کو زیادہ اہمیت دیتے ہیں۔

بہت سے لوگوں نے کوئی نیا آئیڈیا سوچا، پھر اسے اہمیت نہ دی۔ اسی آئیڈیے کو کسی دوسرے نے پکڑا اور بے حساب فائدہ اٹھایا۔ خصوصاً اپنے مستقبل کے پلان لکھنا بہت ہی مفید ہوتا ہے۔ آپ اس طرح اس میں گہرے چلے جاتے ہیں اور یہ پلان واضح ہو کر سامنے آ جاتا ہے۔ پھر اگر انسان میں یقین موجود ہے اور اس کے دماغ کا اس چیز سے متعلقہ پروگرام "شیل" بڑا ہے تو لاشعور با آسانی اس تک پہنچ جاتا ہے۔ پلان واضح ہو تو اس کو پایہ تکمیل تک پہنچانا لاشعور کے لئے آسان ہو جاتا ہے۔

اپنے آپ کو عادت ڈالیں کہ ہفتے میں کم از کم ایک بار آدھے گھنٹے کے لئے کاغذ پین لے کر اکیلے خاموش کمرے میں بیٹھ جائیں، جو بھی خیال ذہن میں آئے لکھ لیں۔ اپنے اہم پروگرام لکھیں، اس پر خود سے سوال پوچھیں۔ آپ دیکھیں گے کہ بہت جلد ہی آپ کو نئے نئے عمدہ اور صحیح خیالات اور منصوبے آئیں گے۔ کچھ لوگ اسے روزانہ بڑی کامیابی سے کرتے ہیں۔ اس میں اپنی سوچیں، خواب، انسپریشن (Inspiration) وغیرہ لکھیں۔ لکھنے کی صورت میں ہمارے خیالات کی ایک چین (زنجیر) سی بن جاتی ہے، پھر انسان اس میں گہرا سے گہرا چلا جاتا ہے۔

کسی چیز کے بارے میں صرف سوچنے سے اتنا گہرا جانا ممکن ہوتا ہے، اور پھر اکثر انسان

کئی چیزیں بیچ میں سے بھول جایا کرتا ہے. جو بھی اہم سوچیں اس وقت آئیں انہیں لکھ کر رکھ لیا کریں، چاہے اس وقت عمل نہ بھی کریں، تھوڑے عرصے کے بعد اسے پڑھیں، ہوسکتا ہے اس وقت یہ بہت مفید ثابت ہوں. کیونکہ مستقبل میں آپ کا اعتماد زیادہ اور ذہن کا شیل بھی بڑا ہوگا. ہفتے میں کم از کم ایک بار لکھنے کی عادت آپ کو بہت زیادہ فائدہ دے گی. اکثر لوگوں میں لکھنے کی صلاحیت ہوتی ہے مگر صرف دو تا پانچ فیصد کو اپنی اس صفت کا علم ہوتا ہے. ایسے لوگوں کی ذہانت ایسا عمل کرنے سے بہت بہتر ہو جایا کرتی ہے.

کسی مقصد یا کام کا واضح ہونا ضروری ہوتا ہے، کاغذ پر نوٹ کرنے سے یہ کلئیر ہوجاتے ہیں، پھر یہ خود ہمیں مقناطیس کی طرح کھینچتے ہیں مگر واضح ہونے سے پہلے لاشعور کئی بہانے کرتا ہے. پھر ہمیں بھلانے کی کوشش کرتا ہے، کسی اور کام میں الجھانے کی کوشش کرتا ہے، بہت سی اور ترکیبیں اس کے پاس ہیں، مگر جب انسان کا مقصد واضح ہوتو یہ سب نہیں چلتیں تو پھر لاشعور اس مقصد تک پہنچانے کا خود اہتمام کر دیتا ہے، جو اس کے لئے بالکل آسان ہوتا ہے (دیکھیے کاروبار کے باب میں بھی اس کا ذکر ہو چکا ہے).

لکھے ہوئے اہم پروگرام کو سامنے کہیں رکھا کریں جہاں وقتاً فوقتاً نظر پڑتی رہے. لکھتے وقت آپ کے ذہن میں صرف ایک ہی بات ہوتی ہے اور آپ کا ذہن بہت بہتر چلتا ہے، کسی چیز پر خالی سوچتے وقت یہ چیز نہیں ہوتی. گو شروع میں یہ عادت آسان نہیں لگتی، مگر چند بار ایسا کریں تو پھر انسان کو کوئی مشکل نہیں ہوتی.

کسی سے متاثر (Impress) ہوجانا

یہاں کسی سے ایمپریس ہونے کا مطلب اس سے متاثر ہوجانا، رعب میں آجانا یا دب جانے میں لیا گیا ہے. کسی سے متاثر (Impress) ہونا بھی عجیب چیز ہے. اگر آپ کسی لیڈر یا مذہبی رہنما سے متاثر ہوجائیں تو اس کی عام سی کہی ہوئی بات بھی انسان پر گہرا اثر کرتی ہے اور انسان اس بات سے متاثر ہوجاتا ہے اور اگر انسان کسی سے امپریس نہ ہو تو ایسے ہی لیڈر یا مذہبی رہنما کی کہی ہوئی بڑی سے بڑی بات بھی انسان کو متاثر نہیں کیا کرتی بلکہ بہت عام سی لگتی ہے.

اسلام کی روحانیت میں اپنے استاد (پیر یا مرشد) سے امپریس ہونا لازمی ہے ورنہ انسان اس کا تصور (Impression) یا ریفلیکشن (Reflection) اندر نہیں بٹھا سکتا اور پھر سالک کو بہت

کم فائدہ ہوا کرتا ہے. سالک کو چاہئے کہ پیر جیسا بھی ہو، اس سے متاثر ہوجائے. جہاں مقابلے کا معاملہ ہو، وہاں بات بالکل مختلف ہوتی ہے. قرآن حکیم میں لکھا ہوا ہے کہ دشمن کو رعب میں رکھو (یعنی اس کو آپ سے امپریس ہوکر یا ڈر کر رہنا چاہئے).

کاروباری دنیا یا مقابلے کی دنیا میں کبھی مخالف سے ایمپریس نہ ہوں، نہ ڈریں. ورنہ آپ کی ناکامی یقینی ہوجائے گی. بلکہ اس میں دوسرے کو امپریس کردیں. یا اس کے ذہن میں اپنا ڈر ڈال دیں. پھر وہ خود ہی اپنی قبر بنالے گا. سیاست، کاروبار، کھیل کود، مسابقت کے ہر کام میں یہ بڑا اہم اصول ہے. آپ دشمنی و لڑائی میں بھی اسے استعمال کرتے ہیں. ولایت کو اپنی ہمت سے بڑا سمجھنا اکثر اس سے ایمپریس ہوجانے کی وجہ سے ہوتا ہے. کبھی اپنی بیماری یا مشکلات سے امپریس نہ ہوں، ورنہ ان سے چھٹکارا نہیں ہوگا.

بات چیت و بحث و مباحثہ

انسان یا تو اچھا بولنے والا ہونا چاہئے یا اچھا سننے والا. کسی اہم جگہ پر بولنے سے پہلے خود کو دوسروں کے کانوں سے سننے کی کوشش کریں یعنی کیا بولنا صحیح ہے، پھر بولیں. ہم میں سے زیادہ تر لوگ اپنی توانائی کا سب سے زیادہ حصہ دوسروں کو اپنی دلیل (Point of View) منوانے میں خرچ کرتے ہیں، اس سے بچیں. اس توانائی کو کسی اور کام میں خرچ کریں. صرف اپنی منتخب لائن (کام یا شوق) میں بحث مباحثہ کرکے اپنے خیالات پالش کریں.

بہت کم لوگ بحث و مباحثہ میں ہار کر خود کو تبدیل کرتے ہیں، خصوصاً مذہبی عقیدے یا سیاست میں. لیکن عجیب بات یہ بھی ہے کہ اگر آپ کے اندر یہ یقین بیٹھ گیا ہے کہ لوگ بالکل تبدیل نہیں ہوا کرتے تو پھر آپ کو ہر بار ایسی ہی صورتحال سے سابقہ پڑتا رہے گا. جو یقین بھی اندر بیٹھ گیا، وہی ہر طرف نظر آئے گا. اس یقین کو تبدیل کریں تو مختلف چیزوں اور حالات سے واسطہ پڑے گا.

فضول بحث و مباحثے میں خود حصہ لینے کے بجائے سائیڈ پر بیٹھ کر مسکرائیے، جونچیں ماریے، یا بیچ میں منصف بن جائیں. بحث مباحثہ اگر کریں تو اپنے سے زیادہ تجربہ کار اور عقل مند سے کرنا چاہئے اور سیکھنے کے نظریے سے کرنا چاہئے. کسی اپنے کام یا فن میں ماہر شخص سے اس کے کام وغیرہ کے بارے میں بات چیت کرنے سے آپ کافی کچھ سیکھ سکتے ہیں.

بات چیت کرتے وقت خود کو پسند کرنا سیکھیں، یعنی آپ کے ذہن میں ہونا چاہئے کہ آپ اچھے سٹائل اور اعتماد کے ساتھ بات کرتے ہیں. بات چیت کرتے وقت خود کو بہتر سٹائل میں محسوس کریں، جیسے آپ اپنے سٹائل اور اپنے بولنے کو پسند کرتے ہیں. اور خود کو اس طرح پسند کرنے والوں کو دوسرے بھی لاشعوری طور پر پسند کیا کرتے ہیں. خود کو بولتے وغیرہ وقت پسند نہ کرنے والوں کو دوسرے بھی ناپسند کرتے ہیں. شروع میں اس کے لئے اکیلے میں اور شیشے کے سامنے کچھ وقت پریکٹس بھی کی جاسکتی ہے اور ویسے بھی کسی سے بات چیت کرتے وقت خود کو دوسرے کی آنکھ سے بھی کبھی کبھار دیکھ لیا کیجئے. اسی طرح یہ بھی دیکھ لیا کیجئے کہ دوسرا آپ کی باتوں سے اکتا تو نہیں رہا.

اہم لوگ اچھا سننے والے بھی ہوتے ہیں. وہ بولتے وقت دوسروں کی بات بھی نہیں کاٹا کرتے اور اگر وہ خود بول رہے ہیں تو انہیں یہ یقین سا ہوتا ہے کہ دوسرے ان کی پوری بات سنیں گے توجہ سے سنیں گے اور بیچ میں نہیں (بات کاٹ کر) بولیں گے، اور ان کے ساتھ ایسا ہی ہوا کرتا ہے اور اگر کوئی ان کی بات کے بیچ میں بول پڑے تو یہ حسب ضرورت سنی ان سنی کر کے اپنی بات جاری رکھتے ہیں، لیکن اگر دوسرا شخص سمجھدار ہو تو پھر اپنی بات بیچ میں چھوڑ کر اس کی بات سن لیتے ہیں.

ریلیکس طریقے سے بات چیت کریں Tense ہو کر بولنے والوں کو لوگ زیادہ دیر سننا پسند نہیں کرتے خوش باش لوگوں کی طرح بات چیت کریں اور دائیں بائیں بھی اسی طرح دیکھا کریں جیسے خوش و مطمئن لوگ دیکھتے ہیں. خود خوش رہنے والے ہی دوسروں کو خوش کر سکتے ہیں. لوگوں کو اپنی پسند کے موضوع پر بات کرانا سیکھیں. یہ بڑا فائدے مند رہتا ہے، سیکھنے کا ایک بڑا اچھا ذریعہ ہے. اگر کوئی شخص سوال کرے تو پہلے آرام سے اس کا پورا سوال سنیں. پھر اسے گھبرا کر جلدی جواب دینے کے بجائے اس کے مختلف پہلو دیکھ کر اس شخص کی دلچسپی، اہمیت اور وقت کی لمبائی دیکھ کر جواب دیں.

یاد رکھیں انسان بولنے سے نہیں، سننے سے سیکھتا ہے اور انسان جتنا کم جانتا ہے عموماً اتنا زیادہ بولتا ہے، وجہ احساس کمتری کو دور کرنا ہوتا ہے. پختہ ہونے کے ساتھ ساتھ انسان بلاوجہ بولنا ختم کر دیتا ہے.

ویسے بھی کہاوت ہے "ایک چپ سو سکھ". خاموشی کے بہت سے فائدے ہیں. اگر کوئی شخص

آپ سے بحث کرتا ہے تو اس کا مطلب یہ بھی ہے کہ اسے اپنے مقصد کی سچائی کا یقین ہوتا ہے، جو کہ ایک مثبت بات ہے. عموماً تین قسم کے لوگ ہوتے ہیں. ایک قسم کا کام کھانا پینا اور سو جانا ہوتا ہے. دوسری قسم کے لوگ دل کے تو اچھے ہوتے ہیں مگر ان کی مذہب یا فلاسفی میں دلچسپی نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے. تیسرے گہرے سوچنے والے اور ہمدرد قسم کی آنکھوں والے ہوتے ہیں، یہ لوگ ہی ایسے ہوتے ہیں جن سے مذہب کی بات یا تبلیغ کی جاسکتی ہے. پہلوں پر وقت ضائع مت کریں. بحث و مباحثے میں جیت اس شخص کی ہوا کرتی ہے جو سب سے آخر میں دلیل دیتا ہے. شروع میں دی گئی بہتر سے بہتر دلیلیں عموماً ضائع ہو جایا کرتی ہیں.

دوسروں کی شخصیت سے دب جانے والے لوگ ان کے سامنے اپنے ہاتھ چھپانے (عموماً جیب میں ڈال لینے) یا مونچھیں مروڑنے میں لگ جاتے ہیں، جس سے اندازہ ہو جاتا ہے کہ وہ گھبراہٹ محسوس کر رہے ہیں اور خود اعتمادی کھو رہے ہیں.

کسی دانشور نے کہا ہے کہ گفتگو کے لئے ذہانت سے زیادہ اعتماد کی ضرورت ہوتی ہے. ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ ہم لوگ آٹھ مختلف سطح (لیول) سے بات چیت (کمیونیکیشن) کرتے ہیں، اس میں ہم چھٹے لیول سے ایک ہو جاتے ہیں اور بغیر ایک دوسرے سے بولے آپس میں پیغام رسانی ہو جاتی ہے. اکثر ہم لوگ جب دوسرے سے بات کرتے ہیں تو بظاہر لفظوں میں تو نہیں کہہ رہے ہوتے، جب کہ چھپے معنوں میں اس وقت ہاں کہہ رہے ہوتے ہیں.

"لوگوں سے بحث مباحثے کرنا روحانیوں (سالکوں) کا کام نہیں، یہ فلاسفروں اور دانش وروں کا ہے" اپنے طالب علموں (شاگردوں مریدوں) کے سوال کرنے کی صورت میں پیر یا استاد کو چاہئے کہ وہ انکے لفظوں پر کم غور کرے. زیادہ غور اس کی بات پر ہونا چاہئے کہ شاگرد کا مطلب کیا ہے، اسے کیا معلوم کرنے کی ضرورت ہے. پھر اس کے حساب سے اسے جواب دیں.

پیر یا روحانی استاد کو چاہئے کہ شاگردوں کے سامنے کم سے کم بولے اور باوقار رہا کرے. یہ متاثر کرنے کے لئے ضروری ہوتا ہے. ایڈورڈ گبن نے کہا ہے کہ گفتگو سے سوجھ بوجھ میں اندازہ ہوتا ہے لیکن تنہائی وہ مدرسہ ہے جہاں عظیم ترین ذہن بنتے ہیں.

بیوقوف اور عقل مند

کسی بھی مشکل حالات میں اگر انسان کے پاس کوئی اور بہتر چوائس نہ ہو تو اسی صورتحال کا صبر اور مثبت سوچ کے ساتھ سامنا کرنا عقل مندی کہلاتا ہے. ان کو آپ صحیح اور غلط میں بھی بانٹ

سکتے ہیں. ہر کام کو آپ ان دونوں طریقوں سے کر سکتے ہیں. مثلاً مولویوں کا آپس میں لڑنا اور دوسرے فرقے کے عیب نکالنا بے وقوفانہ طریقہ ہے. صحیح طریقہ یہ ہے کہ وہ اپنے فرقے کے مسئلے کیسے حل کر سکتے ہیں. اپنے مسئلے حل کرو، دوسروں کے نقص نہ ڈھونڈتے رہو، بلکہ فرقوں کے چکر میں ہی نہ پڑنا سب سے بہتر طریقہ ہے.

ہم لوگوں کو بھی چاہئے کہ اپنے مسئلے سمجھنے کی کوشش کریں. دوسروں کے نقص ڈھونڈنا آسان کام ہے، اپنے نقص صحیح کرنا مشکل. معذور اور پیشہ ور بھکاریوں کو پیسے اور زکوۃ وغیرہ دینا غلط طریقہ ہے. پیشہ ور بھکاری اسی لئے اپنے بچوں تک کو معذور بناتے ہیں. صحیح طریقہ تھوڑے پیسے جوڑ کر کسی کو سلائی مشین اور گائے بھینس لے دینا ہے تاکہ وہ کام کر سکے. باقی اس کی نیت پر چھوڑ دیں.

ہمارے ملک میں مختلف فرقوں سے تعلق رکھنے والے صرف اپنے فرقے کی تعداد بڑھانے کو ہی جہاد سمجھتے ہیں نہ کہ موجودہ لوگوں کا کردار بہتر کرنے کے. وہ Quantity نہ کہ Qulaity کوالٹی کے قائل ہیں، جو کہ ایک بے وقوفانہ صورت ہے. اہم مسلمانوں کو ملک سے باہر بھی نو مسلموں کو بڑھانے سے زیادہ اس پر توجہ دینی چاہئے. ورنہ آگے دوڑ پیچھے چوڑ والی بات ہے. اسی طرح خالی کسی پر نکتہ چینی کرنے کے بجائے تعمیری تنقید کرنا (یعنی یہ بتانا کہ اس کام کو کرنے کی بہتر ترکیب یہ ہے یا ہو سکتی ہے) صحیح طریقہ ہے. میدان جنگ میں بغیر ہتھیار کے چلے جانا توکل نہیں خودکشی میں آتا ہے. یہ بے وقوفی ہے. موت تو وقت پر ہی آنی ہے، مگر بھوکے شیر کی کچھار میں مت جائیں. حضرت مجدد الف ثانی نے فرمایا ''کوئی جاہل ولی نہیں ہوا، نہ ہوگا''.

سیانے کہتے ہیں عقل کی حد ہو سکتی ہے، بے عقلی کی کوئی حد نہیں. سب منفی سوچیں بیوقوفی میں آتی ہیں، مثبت سوچیں عقل مندی میں. جس نے خود کو بے وقوف اور سید ھا مان لیا وہ بیوقوف ہی رہے گا. ہر شخص خود کو سمجھ کر بہتر ہو سکتا ہے.

مشہور سائنس دان ایڈیسن کا کہنا ہے ''جینیس ایک فیصد ذہانت اور 99 فیصد محنت کا نام ہے''. اسباب کر کے پھر اللہ پر توکل کر کے بیٹھے جانا ہی عقل مندی ہے اور یہی صحیح توکل ہے، ایسا کرنے سے بے شمار مسئلے (تقریباً ہر بنیادی مسئلہ) حل ہو جایا کرتے ہیں. ذہانت میں ایک اہم حصہ عام سوجھ بوجھ (عقل سلیم Common Sense) کا ہوتا ہے، اس کی عدم موجودگی میں کوئی ذہین نہیں کہلا سکتا. بے وقوف ہر چیز کا شروع دیکھتا ہے اور عقل مند ہر چیز کی آخر. بیوقوف بھی وہی بات کرتا ہے جو کہ عقل مند، مگر وقت گزرنے کے بعد. بے وقوف اپنی بات اور خیالات

پر جما رہتا ہے جس کے نتیجے میں نہیں سیکھتا اور بیوقوف ہی رہتا ہے، عقل مند اپنے خیالات (Ideas) تبدیل کرتا رہتا ہے اور سیکھتا اور ترقی کرتا رہتا ہے.

حسد بیوقوف اور جاہل کا طریقہ ہے اور رشک عقل مند کا.

شیخ سعدیؒ نے فرمایا ''علم کے بغیر انسان اللہ کو بھی نہیں پہچان سکتا''. یہ بھی یاد رکھیں کہ گدھے پر کتابیں لادنے سے وہ عالم نہیں بن جاتا. یا کمپیوٹر میں دنیا بھر کی معلومات بھر لینے سے بھی آدمی دانشور یا عقل مند نہیں بن جاتا. آپ انسائیکلو پیڈیا یا World Almanacs خرید کر عقل مند نہیں بن سکتے. پھر علم و معلومات کی کوئی حد نہیں ہے، انسان کیا کیا سیکھ سکتا ہے؟ ذہن میں فالتو کچرا جمع نہ کرتے پھریں.

اہم یہ ہے کہ بنیادی اصول آپ کو سب پتہ ہوں. ذہین آدمی کا امتحان یہ ہوتا ہے کہ وہ نئے حالات و واقعات کا سامنا کتنی کامیابی سے کر سکتا ہے، ذہانت بڑھانے کے لئے نئے نئے کام کرنا (مگر پنگے لینا نہیں) بڑا مددگار ہوتا ہے. اپنی ذہانت بڑھانے کے لئے اپنی روٹین کو توڑنا، نئے لوگوں سے اور اپنے سے مختلف خیالات والوں (مثلاً مخالفوں مختلف عقیدے و مذہب والوں) کو بھی ملنا چاہئے. نیا ماحول، نئے ریسٹورینٹ، نئی کتابیں دیکھنی چاہئیں. کسی بھی قسم کے مشکل حالات میں اس کا جلدی اور صحیح حل ڈھونڈنے کو آپ ذہانت میں گن سکتے ہیں. پھر یہ بھی ہے کہ فلاسفر و دانشور اور ہوتے ہیں، روحانی اور. ہم لوگ اکثر ان دونوں کو اکٹھا سمجھتے ہیں. سیانا وہ بھی ہے جو صحت کی قدر صحت مندی میں ہی کرے. اسی طرح اور بھی چیزوں کو بغیر حاصل کئے ان کی اہمیت سمجھ لے.

ایک دلچسپ کہاوت ہے کہ بے وقوف اور پاگل بے ضرر ہوتے ہیں مگر نیم پاگل اور نیم عقل مند بڑے خطرناک ہوتے ہیں. نیم عقل مند، نیم حکیم، نیم ملا (بلکہ مکمل ملا بھی، مولوی غلط نہیں، ملا غلط ہے) ان سب کی حقیقت کا علم انسان کو بڑی مدت کے بعد ہو پاتا ہے، جب کہ وقت ہی سب کچھ ہے. موقع گزرنے (وقت گزر جانے) کے بعد سب عقل مند (بلکہ بزرجمہر) ہوتے ہیں، ان کا منہ بند کیجئے. یعنی ہم سے کوئی غلطی ہونے کے بعد ہر دوسرا سیانا بنتا ہے کہ یہ کام اس طریقے سے نہیں کرنا چاہئے تھا بلکہ اس طریقے سے کرنا صحیح تھا لیکن غلطی ہونے سے پہلے ایسا صحیح مشورہ دینے والے کم ہی ہوتے ہیں.

مذاہب کی نظر ہر چیز میں آخر پر ہوتی ہے جب کہ عام لوگوں کی سوچ اکثر شروع پر ہی

ہوتی ہے۔اس لئے ہر چیز میں خود فیصلہ کرنے کے بجائے مذہب سے مدد لیناہی بہتر اور صحیح راستہ ہے۔(قلندر کہہ رہا ہے کہ بیوقوف مذہب میں سے بھی غلط نتیجہ نکال لیا کرتا ہے،اس کا کیا حل ہے؟)۔ذہین آدمی سے ایسے بھی ہوتا ہے کہ وہ نالج چھنتا اور اپنے تجربے میں فٹ کرتا رہتا ہے۔ جو فٹ نہیں ہوتی اسے چھوڑ دیتا ہے وہ مستقبل میں فٹ ہو سکتی ہے چونکہ آج اسے اس کا تجربہ نہیں ہے جب ہوگا تو یہ کام آجائے گی مگر اسے یہ بھی چاہئے کہ کچرا اکٹھا کرنے سے بچے۔

صوفیا کہتے ہیں زیادہ ذہانت دماغ میں نہیں بلکہ دل میں ہوتی ہے (میں خود ان کی اس بات سے پوری طرح متفق ہوں) قلندر کہہ رہا ہے کہ بے وقوف تو گناہ بھی بے لذت ہی کرتا ہے۔

فلاسفی

فلاسفی کا مطلب حقیقت یا سچائی کی تلاش ہے۔فلاسفروں اور مولویوں کی شروع سے رقابت رہی ہے، گو اسلام کے شروع میں اموی خلفاء ہارون الرشید اور مامون الرشید کے زمانے میں بہت سے یونانی فلاسفروں کی کتابوں کے عربی میں ترجمے کئے گئے۔فلسفے اور سائنس کی بنیاد انسانی عقل پر، اور مذہب کی بنیاد وحی والہام پر رکھی گئی ہے۔

مذہب اور سائنس کے درمیانی وقفے (Gap) کو فلاسفی بھرتی ہے۔فلاسفی میں ایک پرانی مگر اچھی کتاب کا نام ''اے ہسٹری آف ویسٹرن فلاسفی'' A History of Western Philosophy (رائٹر برٹرینڈ رسل) ہے۔یہ 1945 میں لکھی گئی تھی، جب کہ اب دنیا بہت آگے جا چکی اور تبدیل ہو چکی ہے۔موجودہ فلاسفی کی ابتدا کوئی 600 ق م میں یونانی میں ہوئی، مگر در حقیقت اس پر ہندوستان کی پرانی آریا (ہندو) تہذیب و فلاسفی کا گہرا اثر تھا۔اس تعلق کا کوئی واضح ثبوت تاریخ دانوں کو نہیں ملا، مگر کٹاس (ضلع چکوال میں موجود تین ہزار سال سے بھی پرانے مندر اور سکول) میں اس وقت یونان سے بھی طالب علم پڑھنے آیا کرتے تھے۔فلاسفر انسان کے معاشرتی، معاشی، مذہبی، سیاسی اور دوسرے اہم پہلوؤں پر تحقیق اور غور و فکر کرتے بال کی کھال اتارتے اور عموماً پکی زمین پر پیر رکھتے ہیں وہ دلیل کی زبان میں بات کرتے اور مختلف پہلوں پر اپنے اپنے خیالات و نظریات بتاتے رہتے ہیں۔ان میں زیادہ بہتر وہی مانے گئے ہیں جو اپنے وقت معاشرے سے، مسائل سے آزاد ہو کر کھلے ذہن کے ساتھ بات کرتے ہیں۔فلاسفر ٹھوس حقیقتوں کے ماننے والے ہوتے ہیں جبکہ روحانیت میں ہر چیز کی بنیاد ہی

اندیکھی ہوتی ہے۔

فلاسفر مشاہدے و تجربے کے ساتھ اور کتابیں پڑھ کر محنت کے ساتھ علم کو تلاش کرتے ہیں جبکہ روحانی کے پاس معلومات خود ہی آتی ہیں، اسے زیادہ کام اپنے اندر کی صفائی (منفی سوچوں سے بچنا مثبت پر عمل کرنا وغیرہ) پر ہی کرنا پڑتا ہے۔بیکن نے کہا ہے کہ تھوڑا سا فلسفہ انسان کو دہریت کی طرف لے جاتا ہے۔لیکن فلاسفی کی انتہا گہرائی اسے مذہب کی طرف مائل کر دیتی ہے۔

یہاں پر میں اے ہسٹری آف ویسٹرن فلاسفی کا ہی ایک حصہ قارئین کی دلچسپی کے لئے لکھ رہا ہوں جو کہ ایک ایماندار اور غیر متعصب عیسائی (برٹرینڈ رسل) کے اپنے الفاظ ہیں۔جو کتاب کے صفحہ نمبر 323 پر یہودی مذہبی نشوونما (Jewish Religions Devlopment) کے باب میں لکھتا ہے۔

Throughout the middle ages (untill about 17th Century) Jews had no part in the culture of christian countries, and were too severely perescuted to be able to make contributions to civilization, beyond supplying capital for the building of cathedrals and such enterprises. It was only among the Muhammadans, at the period, that jewes were treated humanly, and were able to pursue Philosophy and enlightened speculations.

Throughout the middle ages, the mohammedans were more civilized and more human than the christians. Christains persecuted jewes, espacially at time of religious excitements, the crusades were associated with appalling pogroms. In mohammedan countries, on the contrary, jewes were not in any way ill treated.

ترجمہ: قرون وسطی کے تمام عرصے میں (تقریباً سترویں صدی عیسوی تک) یہودیوں کو عیسائی ممالک میں مسلسل شدید ترین مذہبی تعصب کا نشانہ بنایا جاتا رہا۔ اس تمام عرصے میں یہودیوں کا ان ممالک کی تہذیب و ثقافت میں کوئی حصہ نہ تھا، ماسوائے گرجا گھروں اور ایسے ہی دوسرے منصوبہ جات کے لئے سرمایا فراہم کرنے کے۔اس دور میں صرف مسلم ممالک میں یہودیوں کے ساتھ اچھا سلوک روا رکھا گیا

اور وہ فلسفے اور دیگر علوم انسانی کی ترویج میں حصہ لیتے رہے۔

قرون وسطیٰ کے تمام ادوار میں مسلمان عیسائیوں سے زیادہ مہذب اور انسانیت کی پاسداری کرنے والے تھے۔ عیسائی یہودیوں کو مذہبی جبر و تعصب کا نشانہ بناتے رہے، خصوصاً ان اوقات میں جب ان کا مذہبی جنون اپنی انتہا پر ہوتا۔ صلیبی جنگیں یہودیوں کے دہشت ناک اور منظم اجتماعی قتل عام سے منسوب کی جاتی ہیں۔ دوسری طرف مسلمان ممالک میں یہودیوں کے ساتھ کسی قسم کا غیر انسانی سلوک روا نہیں رکھا گیا''۔

برٹرینڈ رسل نے یہ بھی کہا ہے کہ دنیا میں جس قدر عظیم ترین فلسفی گزرے ہیں سب نے فلسفے کے ساتھ تصوف کی ضرورت کا بھی اعتراف کیا ہے۔ افکار کی دنیا میں انتہائی بلند مقام صرف سائنس اور تصوف کے اتحاد سے حاصل ہو سکتا ہے۔ بہترین انسانی خوبیوں کا اظہار صرف تصوف کے ذریعے ہی ممکن ہے۔

مذہب میں بھی اس کی پشت پر فلاسفی ہونی لازمی ہے، کیونکہ آدمی جو کچھ کر رہا ہوتا ہے اس کی وجہ جاننا چاہتا ہے کہ مثلاً اگر آپ کو نماز جمعہ مسجد میں پڑھنے کا اسلام میں حکم ہے تو اس کے فائدے کیا ہیں۔ ہر کوئی ایسی ہی باتیں جاننا چاہتا ہے۔ اگر وہ اس کے ظاہری فائدے معلوم نہیں کر پائے گا تو اس کے ذہن میں شک ہی رہے گا۔ ایسے لوگ پیدائشی مسلمان ہوا کرتے ہیں، جو کام یہ کر رہے ہیں اس میں شکوک و شبہات ہیں۔ صحیح مسلمان ہر چیز کو دل سے مان کر کرتا ہے۔ پھر یہ لوگ جو بولتے یا کرتے ہیں، اندر سے کرتے ہیں۔

تقلیدی اور تنقیدی ایمان میں یہی فرق ہے۔ ملا ہمیں ہر کام میں کہتا ہے اس کا اسلام میں حکم ہے اس لئے کرو، اسی وجہ سے وہ پیچھے رہ جاتا ہے۔ اگر کوئی دوسرے فرقے کا مولوی ہر کام کے فوائد اور نقصانات بتاتا ہے تو لوگ اس کی طرف چلے جاتے ہیں۔ شیعہ فرقے والے بھی اس چیز کا فائدہ اٹھا رہے ہیں۔

مذہب فلاسفی کے پشت پر نہ ہونے کی صورت میں بھیڑ چال (Dogma) بن کر رہ جاتا ہے۔ پاکستان میں ہمارے علماء کو اس بات کی طرف خاص توجہ دینے کی ضرورت ہے۔ فلاسفر پوری انسانیت کی بات کرتا ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ مغرب کی سب حکومتیں مذاہب (چاہے مسلمان، کرسچن یا کوئی بھی) اور فلاسفی دونوں کو پسند نہیں کرتیں، کیونکہ یہ دونوں دوسرے لوگوں

کو لوٹنے سے منع کرتے ہیں۔ نپولین نے کہا تھا کہ ایک اچھا فلسفی ایک برا شہری ہوتا ہے۔ اپنے لڑکپن کے دنوں میں میں نے اپنے ایک منہ بولے چچا ڈاکٹر سلطان ساکن لندن (فلاسفر اور ڈبل PHD) سے پوچھا کہ سب سے اچھا فلاسفر کون ہے؟ وہ کہنے لگے کہ جو فلاسفر آپ کو آپ کے موجودہ مسئلے کا حل دے سکے وہی سب سے اچھا فلاسفر ہی ہے۔

بیسویں صدی کی فلسفے کی کتابوں میں ویل ڈیورینٹ کی کتاب دی پلیئرز آف فلاسفی (نشاط فلاسفی) ایک اچھی معلوماتی کتاب ہے۔ فلاسفروں پر لوگ ہنستے بہت ہیں۔ ایک بات عام سنی جاتی ہے کہ فلاسفی پڑھنے کا واحد فائدہ یہی ہے کہ بعد میں دوسروں کو فلاسفی پڑھاؤ اور قلندر کا ایک لطیفہ بھی سن لیں کہ ایک فلاسفر تیلی کے پاس گیا۔ اس کا بیل کولھو پر چکر کاٹ رہا تھا۔ فلاسفر اسے دیکھتا رہا، پھر تیلی (تیل نکالنے والے) سے بولا کہ تم نے بیل کے گلے میں گھنٹی کیوں باندھی ہوتی ہے۔ تیلی کہنے لگا اس لئے کہ اگر میں تھوڑا دور کسی کام میں مصروف ہوں اور بیل کو نہ دیکھ سکوں تو گھنٹی کی آواز سن کر مجھے معلوم ہوتا رہے گا کہ بیل اپنا کام کر رہا ہے۔ فلاسفر پھر سوچنے لگ پڑا، تھوڑی دیر کے بعد بولا ''اور اگر بیل کھڑا ہو جائے اور سر ہلاتا رہے تو تم تو یہی سمجھو گے کہ وہ کام کر رہا ہے۔'' تیلی یہ سن کر کہنے لگا ''یہ بیل ہے، کوئی فلاسفر نہیں''۔

دور جدید میں نفسیات، اخلاقیات، سیاسیات اور جمالیات کے فلسفے سے الگ ہو جانے کی وجہ سے اب فلسفے کی اہمیت بہت کم رہ گئی ہے۔

آزادی

آزادی سب سے خطرناک چیز ہے۔ مکمل آزادی لاقانونیت (Anarchy) ہے، یعنی جو چیز جسے پسند ہے دوسرے سے چھین لے۔ مجھے کسی کی کار پسند ہے تو میں اسے اس سے چھین لوں، کسی کا گھر لے لوں، کسی کے کپڑے اتروالوں۔ اسی طرح اخلاقی آزادی و پابندی ہے، جیسے ماں باپ کی عزت کرنا۔ یہ ملک کے قانون سے باہر کی چیز ہے، اس کی حدود کا تعین مذہب کرتا ہے، آزادی کے حدود کا تعین ہر ملک کا قانون کرتا ہے۔ مگر اس میں بہت سی کمزوریاں رہ جاتی ہیں۔ مذہب اور خصوصاً مکمل اور آخری مذہب اسلام اس کا صحیح تعین کرتا ہے۔

مختلف مسلمان

ہر مسلمان کا کوئی 60 فیصد مذہب کا اور 40 فیصد علاقے کا کلچر ہوتا ہے۔ ہم نے وہی 80

فیصد اسلام کا کلچر کرنا ہے۔ اس میں اپنے علاقے و کلچر کی غلط عادتوں کو ختم کرتے ہوئے صحیح، اچھی عادتوں (جیسے دوستی مہمان نوازی غیرت وغیرہ) کو بڑھاتے چلا جانا ہے۔ علاقے کا کلچر سرے سے ختم نہیں ہوا کرتا۔ اسی علاقے کے کلچر کی وجہ سے عربی مسلمان ترک مسلمان سے مختلف ہوتا ہے، انڈونیشیا کا ایران سے، برصغیر کا مسلمان افریقین سے، بلکہ خود افریقہ میں شمالی افریقہ والے دوسرے افریقہ سے مختلف ہوتے ہیں۔

زندگی میں مقصد ہونا

ہر انسان کا زندگی میں مقصد ہونا چاہئے۔ اگر کوئی نہیں ہے تو دوسرے لوگوں کے بھلے کا ہی کام کرنا انسان کا مقصد ہونا چاہئے۔ اس کی عدم موجودگی میں انسان اداسی، بیماری اور نہ جانے کن کن چیزوں میں پھنس جاتا ہے۔ مقصد ہمیں بے حساب توانائی دیتا ہے۔ مقصد (Goal) واضح ہو تو یہ ہمیں مقناطیس کی طرح خود ہی کھینچتا ہے۔ اپنی زندگی کے مقصد کو ڈھونڈنے کے لئے اس پر غور و فکر کریں، مراقبہ (Meditate) کریں، لکھیں، خود سے سوال کریں، لوگوں سے پوچھیں۔ مقصد ہونا لمبی زندگی میں بھی مددگار رہتا ہے۔ مقصد معلوم ہونے کے بعد ہی زندگی اصل زندگی بنتی ہے، پھر لاشعور آپ کو خود ہی وہاں پہنچائے گا۔ ورنہ ہم لاشعور کو آگے پیچھے فضول ہی بھگاتے اور بھٹکاتے رہتے ہیں۔

مثلاً کوئی آدمی پنڈی سے لاہور جانا چاہتا ہے اور اس کی طرف چل پڑے، تو چاہے کچھوے کی طرح ہی چلے، ایک نہ ایک دن وہاں پہنچ جائے گا۔ منزل معلوم نہ ہونے کی صورت میں انسان چاہے عمر کے آخر میں بھی، اس موجودہ جگہ کے پاس سے ہی گزر رہا ہو۔ (ہم سب میں سے اکثر یہی غلطی کرتے رہتے ہیں) ''مقصد کی عدم موجودگی میں آج تک کوئی بھی انسان، چاہے وہ کتنا ہی قابل اور ذہین کیوں نہ ہو، کچھ نہ کر سکا''

صلاح و مشورہ اور انحصار کی عادت

کوئی بھی کام کرنے سے پہلے مشورہ کرنا آپ کو بہت مددگار ثابت ہوتا ہے، مگر صحیح آدمی سے۔ اور مشورہ لینا برا نہیں، مگر اس پر بھی بغیر سوچے سمجھے عمل کرنا سخت غلطی ہے۔ سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ صحیح آدمی کون ہے۔ یعنی ناکام آدمی سے نہیں کامیاب آدمی سے مشورہ لیں۔ آپ دیکھیں گے کہ کوئی بھی کام (خصوصاً کاروبار وغیرہ) جس میں آپ نے کوئی اچھے خاصے فائدے والا

کام کرنے کا فیصلہ کیا ہے، اسی کام کے بارے میں ناامیدی و منفی سوچ رکھنے والے سے پوچھ کر دیکھیں۔ وہ کہے گا کہ ملک کے مالی حالات خراب ہیں، غیر یقینی ہے، یہ کام بڑا رسک (Risk) والا ہے نقصان ہو جائے گا، اس کام میں فلاں فلاں نے بڑا نقصان اٹھایا، ہے وغیرہ وغیرہ۔ اب اسی کام کو پر اعتماد اور Optimist آدمی سے پوچھ کر دیکھیں۔ وہ آپ کو بتائے گا یہ بڑا اچھا کام ہے، اس میں فلاں فلاں آدمی نے بڑا فائدہ اٹھایا، آپ اسے فوراً شروع کر دیں۔ حالانکہ یہ دونوں آدمی آپ کے مخلص ہیں، لیکن اپنے اپنے تجربے کی ''عینک'' لگا کر بتا رہے ہیں۔ پہلے کو ہر کام میں ناکامی ہی نظر آتی ہے اور دوسرے کو کامیابی۔ یہ ساری دنیا انہی دو قسم کے لوگوں میں بٹی ہوئی ہے۔

ہمیشہ دوسرے یعنی پر اعتماد اور مثبت سوچ والے آدمی سے مشورہ کریں۔ پہلی قسم کے آدمی سے رائے لینے کے بجائے چپ چاپ اپنا کام کر لینا ہی بہتر ہے۔ ہر ایک کو رائے دینے سے بھی گریز کریں۔ کیونکہ عقل مندی یہی ہے۔ جو مشورہ مانگے اور اسے ضرورت ہو تو دیں ورنہ نہیں۔ سیانے یہ کہتے ہیں ''کسی کو مشورہ کیا دینا، جو بے وقوف ہے وہ اسے سنتا نہیں اور عقل مند کو اس کی ضرورت نہیں''۔ ٹیگور نے کہا ہے کہ نصیحت کرنا آسان ہے اور حل بتانا مشکل ہے۔ جس چیز کا خود کو علم نہیں اس پر کوئی رائے لے تو صاف بتا دیں کہ مجھے اس کا علم یا تجربہ نہیں ہے، یا اتنا سا علم ہے یہی عقل مندی ہے اور جس سے خود مشورہ لیں اس سے بھی پوچھ لیں کہ اگر اسے علم نہیں تو مشورہ مت دے۔

ہمارے یہاں ہر آدمی کو مفت رائے دینے اور دانشور بننے کا شوق ہوتا ہے، بلکہ 95 فیصد لوگ الٹے سیدھے مشورے بے دھڑک دے دیتے ہیں۔ چھوٹے موٹے کاموں میں کسی سے رائے مت لیں ورنہ کسی پر انحصار کرنے کی عادت پختہ ہو جاتی ہے، جو صحیح نہیں ہے۔ خود ہی مثبت سوچ رکھ کر وہ کام کریں یہ آپ کی خود اعتمادی میں اضافے کا سبب بنے گا۔

کسی دوسرے پر انحصار کرنے کی عادت عام زندگی میں بھی سخت نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔ عملی زندگی میں ہر کام کو خود ایک ایک بار ضرور کر کے دیکھیں، پھر ہمارے شعور بڑی تسلی اور اعتماد میں رہتا ہے۔ اور کسی پر انحصار کرنے کی عادت (بیماری) سے ضرور بچیں۔

نہ معلوم ہونے والی چیزیں

ایسی چیزوں کو سمجھنے کے چکر میں مت پڑیں جن کا سمجھنا ناممکن ہو۔ جیسے آواگون یا پچھلی زندگیوں کا وجود یا موت کے بعد کیا ہوگا، اللہ ہے یا نہیں ہے، ایسی باتوں کا کوئی واضح ثبوت نہیں

ملتا. کچھ لوگوں کو مسمرائیز (Hypnotise) کر کے پچھلی زندگیوں تک کے واقعات دکھا دیے جاتے ہیں. لیکن اس کیفیت میں تو آپ کو تو حضرت جبرائیل سے بھی ملوایا جا سکتا ہے. یعنی سب سراب کی کیفیت ہوتی ہے. اس میں ایسے سوال بھی شامل ہیں کہ انسان بندر سے بنا تھا، وغیرہ. یاد رکھیں اسلام میں روح کو اہمیت ہے، جسم کو نہیں. جو کچھ اسلام میں بتایا گیا ان چیزوں کا اتنا علم ہی ضروری تھا جو سب بتا دیا گیا اور دنیا میں سو فیصد صحیح صرف قرآن پاک ہے.

محنت کرنا

محنت کرنے کی عادت ڈالیں مگر دماغ کے ساتھ. صرف جسمانی محنت گدھا بھی بہت کرتا ہے. محنت کرنے والے کی قدر کریں اور محنت کرنے اور ساتھ دماغ بھی استعمال کرنے والے کی عزت کریں. محنت کرتے وقت یہ اعتقاد ساتھ ہونا چاہئے کہ اس کا پھل ملا کرتا ہے. پھر اس کا پھل ضرور ملے گا. اسی اعتقاد کو ہر نیک کام میں استعمال کریں.

قسمت کو رونا

جو ہر وقت قسمت کو روتا رہتا ہے اس کی بدقسمتی یقینی ہوتی ہے. یہ مجھے بہت سے لوگوں کا جائزہ لینے سے معلوم ہوا. پھر یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ کوئی نہ کوئی گھڑی مہینے میں ایسی آتی ہے کہ منہ سے نکالی بات پوری ہو جاتی ہے. سارا دن گلے شکوے (چاہے جھوٹ موٹ کے ہی) کرنے والے پر اس کی اپنی زبان کی ہی مار پڑ جاتی ہے. اسی طرح ہر وقت اللہ کا شکر ادا کرنا اور کسی کے پوچھنے پر خوش قسمتی کا بتانا خوش قسمتی کو قائم رکھنے اور اس میں مزید اضافے کا سبب بنتا ہے.

درمیانہ راستہ اور اعتدال

اسلام میں اعتدال اور ہر چیز میں درمیانہ راستہ اختیار کرنے کا کہا گیا ہے. یہی بہترین لائحہ عمل ہے. جیسے زیادہ جذباتیت بھی صحیح نہیں، بالکل بے حسی بھی غلط چیز ہے. ہر وقت ہنستے رہنا بھی صحیح نہیں، اور ہر وقت سنجیدہ رہنا بھی اسی طرح ہے. خرچے میں بھی اعتدال سے کام لیں. بولنے میں بھی یہی بہتر رہتا ہے اور خاموشی میں بھی.

ٹی وی دیکھنا

ہر روز ایک گھنٹے سے زیادہ ٹی وی مت دیکھیں. یہ کچھ کر دکھانے کا عزم رکھنے والوں کے لئے

وقت کے ضیاع میں آتا ہے. زیادہ ٹی وی دیکھنے والے بچے بڑی سست اور موٹے ہو جاتے ہیں.

مال و دولت سے پیار

اسلام میں مال و دولت و دنیا کو اللہ سے زیادہ پیار رکھنے سے منع کیا گیا ہے کہ جو شخص ان سے جتنا زیادہ پیار کرے گا وہ موت سے اتنا ہی ڈرے گا. پھر وہ مذہب کے دوسرے کام (جہاد وغیرہ) کیسے کر پائے گا. ہمارے ملاؤں نے اس کے بھی غلط مطلب اخذ کر لئے ہیں اور کہتے ہیں کہ دنیا سے نفرت کرو اور اسے جہنم بنا لو، حالانکہ اسلام میانہ روی کا مذہب ہے، خود پر سختی کرنا (خواہ مخواہ) اس میں منع ہے. قرآن پاک میں لکھا ہے "اولاد اور مال زینت دنیا ہیں."

مرد کی تعریف

مرد کسی کے سہارے جینے پر موت کو ترجیح دیتا ہے. اپنے پاؤں پر کھڑے ہونے موت تک جدوجہد کرتا رہتا ہے. مرد وہ ہے جو حالات کتنے ہی برے کیوں نہ ہوں، ہمت نہیں ہارتا. مصیبت کے وقت لوگوں میں وہ امید کے چراغ کی طرح ہوتا ہے. مرد وہ ہے جو اگر دس بار گرے تو دس بار کھڑا ہو جائے. وہ ہار ماننا نہیں جانتا.

مصیبت میں نہ صرف خود اس کا دلیری سے سامنا کرتا ہے، بلکہ ایسے وقت میں دوسروں کی بھی مدد کرتا ہے. لگاتار جدوجہد کرتا رہتا ہے. اپنی کمائی میں بھی چاہے آسانی آ جائے، ہاتھ پر ہاتھ دھر کر نہیں بیٹھا کرتا. اپنے دکھوں پر مسکراتا رہتا ہے. اگر کبھی اس کا آنسو بہتا ہے تو دوسروں کی تکلیفوں پر ہی بہتا ہے. مرد پر وقار اور بلند کردار ہوتا ہے. اس کی ایک شان ہونی چاہئے. مرد احترام کرنا جانتا ہے مگر سر اٹھا کر ہی بات کرتا ہے، اس کا سر کٹ جایا کرتا ہے جھکا نہیں کرتا.

سوچ کر تھکنا

ہر جسمانی و ذہنی کام کرنے میں توانائی صرف ہوتی ہے، اور اس میں ہر آدمی اپنی اپنی گنجائش اور صحت کے حساب سے جلد یا دیر سے تھک جاتا ہے. مگر اکثر کسی کام کا سوچنے سے ہی انسان تھکنے لگ پڑتا ہے، گویا اکثر ناپسندیدہ کاموں میں ہوتا ہے. مگر عام کاموں میں بھی ہم خود کو جلدی تھکا سکتے ہیں. انسان میں محفوظ توانائی (Reserve Energy) کافی ہوتی ہے، مگر ہم سوچ کر ہی خود کو تھکا لیتے ہیں. اسی طرح عمر ہمیں کم بوڑھا کرتی ہے مگر ہم خود ہی حساب کر کے خود کو جلدی بوڑھا

کرتے رہتے ہیں. اسی طرح اور بے شمار چیزیں ہم خود ہی پیچیدہ کرتے رہتے ہیں.

اپنے پسند کے کام میں ہم بہت کم تھکن محسوس کرتے ہیں. کوئی ورزش وغیرہ کرتے وقت بھی یہی اصول کام کرتا ہے، مثلاً کہ آپ پانچ میل دوڑنے پر تھک جاتے ہیں تو اس کی وجہ بھی یہی ہے کہ چوتھے میل کے ختم ہوتے ہیں ذہن میں حد (پانچواں میل) آ جاتی ہے، اور آپ اسے بمشکل ہی پورا کرتے ہیں.

انسان کی توانائی کی ایک حد ہوتی ہے، مگر غور سے دیکھا جائے تو ہم اپنے سوچ کے ذریعے ہی اس کی حدیں بہت کم کر لیتے ہیں. اس چیز پر توجہ دیں. چاہے ذہنی توانائی ہو یا جسمانی، ہم اپنی حدیں بہت زیادہ بڑھا سکتے ہیں. اپنی ہر ایک چیز کی حدیں (چاہے ذہن ہو یا داشت یا کچھ بھی) ہم اسی طرح بناتے اور "پکی" کرتے رہتے ہیں.

پر امید رہنا (Optimism)

زندگی میں ہر کامیابی کے لئے انسان کا Optimistic (پر امید اور مثبت) رہنا ہی کامیابی کی راہ ہے، مگر یہ ایک ایسا لفظ ہے جس کے معنی کچھ وسیع ہیں. اس کے زیادہ مکمل معنی یہ ہیں کہ ہر قسم کی صورتحال چاہے اچھی ہو یا مصیبت، تکلیف اور مشکل ہو. اس میں پر امید اور مثبت رہنا اور سب سے بہتر طریقے سے اس کا سامنا (Face) کرنا ہی Optimism کہلاتا ہے. ایک اوپٹامسٹک کہاوت ہے کہ جب ایک راہ بند ہوتی ہے تو سو راہ کھل جاتی ہیں اور اگر وہ سو راہ بھی بند ہو جائیں تو ایک راہ پھر بھی کھلی رہتی ہے.

آپ کی بہترین شخصیت

خود کو اپنے تصور کی سب سے بہتر شخصیت (جو کچھ بھی آپ بننا چاہتے ہیں) کے طور پر تصور کریں، پھر اپنی بول چال حلیہ مالی حیثیت (Status) وغیرہ کو اسی شخصیت کے حساب سے تصور کریں. آپ کی شخصیت کے جو پہلو بھی اس تصور سے کم محسوس ہوں، انہیں تبدیل کریں. انشاء اللہ کچھ عرصے کے بعد ہی آپ اپنے تصور کی شخصیت میں بدل جائیں گے، اور ہر مطلوبہ چیز بھی پا جائیں گے.

علم کی حد

انسانوں کو ملے علم کی حد کیا ہے، یہ خاصا دلچسپ سوال ہے اور حقیقتاً کسی کو اس کا صحیح علم نہیں ہے. سقراط سے لوگوں نے پوچھا کہ تم جو بڑے عالم بنے پھرتے ہو، تم کیا جانتے ہو جو ہم نہیں جانتے؟ سقراط نے جواب دیا "میں یہ جانتا ہوں کہ میں کچھ نہیں جانتا" مگر تمہیں یہ بات معلوم نہیں ہے."

قرآن پاک میں حضرت موسیٰ اور حضرت خضرؑ کا واقعہ موجود ہے، جو قصوں میں یوں بیان کیا گیا ہے. حضرت موسیٰ نے ایک دن اللہ سے عرض کی کہ مجھے کسی ایسے بندے سے ملاؤ جس کا علم مجھ سے زیادہ ہو، پھر ایک دن وہ اپنے اصحابہ کے ساتھ بیٹھے ہوئے تھے کہ ایک بڑا باوقار شخص وہاں آیا اور پوچھنے لگا کہ یہاں کا سب سے بڑا عالم کون ہے. حضرت موسیٰ نے فرمایا "یہاں میں ہی بڑا عالم ہوں". اس شخص نے کہا کہ کیا سارے ملک میں آپ ہی بڑے عالم ہو. حضرت موسیٰ نے فرمایا "معلوم دنیا میں میں ہی بڑا عالم ہوں". وہ شخص بولا "آپ فلاں دن دریا پر آ جائیں، وہاں آپ کو کسی سے ملوایا جائے گا جس کو وہ معلوم ہے جو آپ کو معلوم نہیں". یہ شخص حضرت خضر تھے. حضرت موسیٰ پھر دریا پر گئے تو وہاں حضرت خضر ان کو ملے اور دونوں اکٹھے سفر کرنے لگے. حضرت خضر بولے کہ موسیٰ تم علم کی بات کرتے ہو لیکن تمہیں یہ سمجھ نہیں آئے گا. میرے ساتھ چلنے کی شرط یہ ہے کہ مجھ سے کوئی سوال نہ کرنا. حضرت موسیٰ نے یہ شرط مان لی. انہوں نے دریا کشتی میں بیٹھ کر پار کیا. دوسری طرف پہنچ کر حضرت خضرؑ نے کشتی میں سوراخ کر دیا. حضرت موسیٰ یہ دیکھ کر حیران ہوئے اور پوچھنے لگے کہ کشتی کو بے کار کیوں کیا ہے. غریبوں کا نقصان کرنے کی کیا ضرورت تھی؟ حضرت خضر نے ان کو کہا کہ میں نے پہلے ہی کہا تھا کہ مجھ سے سوال نہیں کرنا ہے. پھر وہ آگے چل پڑے. ایک گاؤں میں پہنچے تو وہاں کسی نے ان کو کھانا بھی نہ پوچھا، اور عجیب بد اخلاق سے لوگ تھے. وہاں راستے میں ایک دیوار تھی جو گرنے والی تھی، حضرت خضرؑ نے حضرت موسیٰ کو مدد کرنے کو کہا اور وہ دیوار دوبارہ صحیح کر دی. حضرت موسیٰ بڑے حیران ہوئے پوچھنے لگے کہ یہ آپ کیوں کر رہے ہیں، اس گاؤں والوں نے ہم سے بد اخلاقی بھی کی کھانا بھی نہ دیا. اب آپ مفت میں یہ محنت کرنے میں لگے ہوئے ہیں. آپ کو چاہئے تھا کہ بدلے میں مالکوں سے کچھ لے لیتے.

حضرت خضرؑ نے پھر ان سے کہا کہ میں نے پہلے بھی تمہیں کہا ہے کہ مجھ سے سوال مت کرنا.

حضرت موسیٰؑ خاموش ہو گئے.

پھر وہ دونوں آگے چل پڑے آگے ایک خوبصورت سا بچہ کھیل رہا تھا، حضرت خضر نے اس بچے کو قتل کر دیا.

حضرت موسیٰؑ یہ دیکھ کر بڑے پریشان ہوئے اور حضرت خضرؑ سے ناراض ہو کر کہنے لگے کہ یہ ظلم آپ نے کیوں کیا ہے. معصوم بچے کی جان کیوں لی؟

حضرت خضرؑ بولے ''اب وقت آ گیا ہے کہ ہم دونوں علیحدہ ہو جائیں. میں نے تمہیں پہلے بھی کہا تھا کہ مجھ سے کوئی سوال نہ کرنا مگر تم سے یہ چیز برداشت نہیں ہو رہی. اب جانے سے پہلے میں تمہیں اپنے وہ سب کام کرنے کی وجہ بتاتا ہوں. وہ کشتی جس میں میں نے سوراخ کیا تھا، وہ چند غریب لوگوں کی تھی جو اس میں بیٹھ کر مچھلیاں پکڑتے اور اپنی روزی کماتے تھے. مگر وہاں ایک ظالم بادشاہ آنے والا تھا. جس کو جنگ پر جانے کے لئے کشتیوں کی ضرورت تھی، وہ سب کی کشتیاں چھین لیا کرتا تھا میں نے اسی لئے اس میں سوراخ کر دیا کہ وہ اسے ناکارہ دیکھ کر چھوڑ جائے گا اور وہ غریب بے روزگاری سے بچ جائیں گے.

پھر وہ دیوار جو ہم نے بنائی تھی، وہ جگہ دو یتیم بچوں کی ملکیت تھی. اور اس دیوار کے نیچے ان کے باپ نے ایک خزانہ دبایا ہوا تھا، اگر وہ دیوار گر جاتی تو لوگ وہاں راستہ بنا لیتے. پھر کوئی وہ خزانہ بھی نکال لیتا. اب وہ بچے بڑے ہوں گے تو ایک دن وہ خزانہ انہیں مل جائے گا. اور وہ بچہ جو میں نے قتل کیا، اس کے والدین بہت نیک لوگ ہیں مگر وہ بچہ بڑا گمراہ اور شیطان صفت نکلنا تھا اور اس کی وجہ سے سب لوگوں پر بڑی آفت آنی تھی. اس کی موت کے بعد اب اللہ انہیں دوسرا بچہ عطا کرے گا جو بڑا نیک اور والدین کا خدمت گزار ہو گا.

''تم نے علم کا سوال کیا تھا. مگر علم کی بات یہ ہے کہ جو علم میرے پاس ہے وہ تمہارے پاس نہیں ہے، اور تمہیں اس کی سمجھ بھی نہیں آئی. مگر کچھ علم تمہارے پاس ایسا ہے کہ وہ میرے پاس نہیں ہے. انسان کا علم ایسے ہی ہوتا ہے''. وہ اب پھر دریا کے کنارے پہنچ چکے تھے. وہاں پر حضرت خضرؑ نے ایک ابابیل کی طرف اشارہ کیا جو اڑتے اڑتے دریا میں سے پانی پی رہی تھی. حضرت خضرؑ بولے ''میرا'' تمہارا اور ساری مخلوق کا علم اللہ کے علم کے مقابلے میں اتنا ہی ہے کہ

جتنا اس بڑے دریا میں سے تھوڑا سا پانی یہ ابابیل پانی پی رہی ہے، بلکہ اس سے بھی کم ہے.'' پھر خضر حضرت موسیٰؑ سے علیحدہ ہو گئے.

حضرت موسیٰؑ کا علم ایسا تھا کہ لوگ جسمانی و روحانی فیض یاب ہوں اور حضرت خضرؑ کا علم ایسا تھا کہ لوگوں سے اسکی پیروی نہ بن آئے. یہاں پر غور کرنے سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ اللہ کے کام بھی اسی طرح ہوتے ہیں. جس میں ہم اپنا نقصان سمجھتے ہیں وہ ہمارا فائدے کا کام ہو سکتا ہے اور فائدہ نظر والا کام نقصان کر سکتا ہے. اللہ کے علم اور باتوں کے بارے میں قرآن میں لکھا ہوا ہے کہ اگر دنیا کے سارے درخت قلم بن جائیں اور سارے سمندر سیاہی بن جائیں تو بھی اللہ کی برہان ختم نہیں ہو گی اور سب سیاہی ختم ہو جائے گی. پھر اتنے ہی سمندر اور آ جائیں وہ بھی اسی طرح ختم ہو جائیں گے.

تاریخ گواہ ہے کہ فرعون کے سینکڑوں حربے اور اللہ کا ایک ہی داؤ، حکیم لقمان کی ہزاروں دوائیں اور حضرت عیسیٰؑ کی ایک پھونک، اللہ کا گھر ڈھانے کو ہاتھی والوں کی فوج اور دوسری طرف چھوٹے چھوٹے پرندے اللہ کا داؤ. اللہ کی عقل ہر حال اور ہر طرف سے انسان کے سب اسباب سے بہت بڑی ہے.

علم اور نالج میں فرق ہے، اور نالج اور وزڈم (Wisdom) میں بھی فرق ہوتا ہے. دنیا میں کسی علم کی انتہا تک نہ پہنچا جا سکا ہے اور نہ کوئی پہنچ سکے گا. سب سائنس دان بھی اس بات پر متفق ہیں. حضرت موسیٰؑ اور حضرت خضرؑ کے واقعہ سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ پیغمبر کا اصل مقصد لوگوں کو شریعت کی راہ پر چلانا ہوتا ہے. جبکہ دوسرے کچھ نیک لوگوں کو اللہ کچھ مخصوص صلاحیتیں عطا کر سکتا ہے. حضرت موسیٰؑ کا علم ایسا ہی تھا کہ لوگ اس کی پیروی کر کے دنیا و آخرت میں فائدہ اٹھائیں اور مکمل انسان بنیں. حضرت خضرؑ کا علم ایسا تھا کہ لوگوں سے اس کی پیروی نہ بن پائے.

درحقیقت ہر علم کی انتہا اللہ تعالیٰ ہی ہے. انسان کو ان میں سے بڑا تھوڑا سا حصہ ہی ملتا ہے. مگر اللہ غفور و رحیم ہے، کیا معلوم وہ اپنے خزانہ خاص سے کسی بشر کو ایسا بھی علم دے دے جو پہلے کسی کو نہ دیا گیا ہو. آخر انسان دنیا میں اللہ کا نائب اور خلیفہ ہے.

خدا کی تلاش

روحانیت کے سب سکولوں پر روحانی دلچسپی رکھنے والے کا ہر شخص اس کی تلاش میں ہے کہ

خدا کو کہاں اور کیسے پایا جائے. بے شمار فلاسفروں نے اپنے خیال اس بارے میں بتائے، دنیا کی بے شمار کتب میں اس پر بحث ہو چکی ہے. صوفیا کا کہنا ہے کہ خدا شناس بنو، اگر خدا شناس نہیں بننا چاہتے تو خود شناس بھی نہ بنو. ورنہ اگر خود شناس بن گئے تو خدا شناس بھی بن جاؤ گے. مشہور صوفی جناب ابوالحسن خرقانی نے فرمایا جب میں نے اپنی ہستی پر نظر ڈالی تو مجھے اپنی نیستی کا پتہ چلا اور جب نیستی پر نگاہ ڈالی تو اللہ تعالیٰ نے اپنی ہستی کے مشاہدے سے نواز دیا. (تذکرۃ الاولیاء)

صوفی جناب مشاد دینوری سے کسی نے دعا کرنے کی درخواست کی تو آپ نے فرمایا "بارگاہ خداوندی میں پہنچ جاؤ" وہاں میری دعا کی حاجت نہیں رہے گی". اس نے "پوچھا مجھے تو بارگاہ خداوندی کا علم نہیں ہے، لہٰذا اگر آپ مجھے وہاں بھیجنا چاہتے ہیں تو پھر مجھے اس کا نام اور پتہ بتا دیجئے". آپ نے جواب دیا "بارگاہ خداوندی وہیں ہے جہاں تمہارا وجود باقی نہ رہے".

بہت سے مذاہب والوں نے اس بارے میں اپنا اپنا عقیدہ بتایا، مگر یہ سوال پھر بھی سوال ہی رہتا ہے، کیونکہ خدا سوچ و سمجھ سے باہر کی چیز ہے. اس کتاب کے شروع پہلے باب میں لکھا ہے کہ مختلف مذاہب والوں نے اس کے بارے میں کیا کہا ہے. مہاتما بدھ سے نروان کے بعد پوچھا گیا کہ آپ کو کیا ملا، تو فرمانے لگے کہ وہ تو مجھ میں پہلے سے موجود تھا لیکن مجھے خبر نہ تھی. عیسائیت کی روحانیت کی بنیاد رکھنے والے سینٹ آگسٹائین نے کہا کہ میں تو خدا کو دور ڈھونڈتا رہا تھا، مگر وہ مجھ میں موجود نکلا. قرآن میں لکھا ہے کہ اللہ تمہاری دھڑکتی رگ سے بھی قریب ہے.

رسول پاکؐ نے فرمایا "اللہ تمہاری شہ رگ سے بھی قریب ہے". اسلام کی روحانیت میں بھی خدا اندر سے ہی بولا کرتا ہے اور شیطان بھی. سب کچھ انسان کے اندر ہی ہے.

ہندوؤں کی اہم مذہبی کتاب بھگوت گیتا کی تشریح بہت سے لوگوں نے کی ہے، اس میں سب سے بہتر تشریح اشٹا بکرنے کی تھی اشٹا بکر کا پیغام بھی مہاتما بدھ کی طرح ہی ہے، راجہ جنک (رام چندر جی کی بیوی سیتا کا باپ) کو اس نے یہی پیغام دیا تھا کہ سب تمہارے پاس، تمہارے اندر موجود ہے. قدیم آریاؤں کے عقیدے میں انسانی روح اللہ سے علیحدہ کوئی چیز ہو ہی نہیں سکتی. اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ اگر سب کچھ انسان کے اندر موجود ہے تو پھر تلاش کیسی اور اگر ایسا ہے تو ہمیں اس کا فائدہ کیوں نہیں ہوتا، ہم ایک مجبور و بے بس قسم کی ایک مخلوق کیوں ہیں. اس کو سمجھنے کا راستہ کیا ہے.

اسی پر علامہ صاحب کا ایک شعر ہے

وہ فریب خوردہ شاہیں کہ پلا ہو کرگسوں میں
اسے کیا خبر کہ کیا ہے رہ و رسم شاہبازی

اس کی مثال کے لئے ایک واقعہ بیان کیا جاتا ہے کہ ایک گڈریئے نے شیر کا بچہ پالا، جو ہر وقت بھیڑوں کے ساتھ پھرتا ہوا جوان ہوا. وہ خود کو بھیڑ ہی سمجھتا تھا. پھر ایک دن جنگل میں اس کا سامنا ایک جنگلی شیر سے ہوا، جنگلی شیر اس کو بھیڑوں میں پھرتا دیکھ کر بڑا متعجب ہوا. وہ اسے کہنے لگا کہ تم یہ بھیڑوں میں کیا کرتے رہتے ہو، تم تو شیر ہو. لیکن پالتو شیر نہ مانا. دوسرا اسے سمجھاتا رہا لیکن یہ اپنی بات پر ہی اڑا رہا. دوسرا اسے کہنے لگا "تم تو جنگل کے بادشاہ ہو" یہ تم نے خود کو بھیڑ سمجھ رکھا ہے اور بھیڑ ہی بن گئے. ہو مگر پالتو شیر نہ مانا. جنگلی شیر اسے سمجھانے کے لئے اس کے سامنے ایک بھیڑ کو پھاڑ اور کھانے لگ پڑا. پالتو شیر پھر بھی نہ مانا. پھر جنگلی شیر اسے لے کر ایک صاف پانی کی ندی کے پاس آیا اور اسے کہا تم نے مجھے تو دیکھا ہے کہ میں شیر ہوں" اب پانی میں اپنا عکس دیکھو. پالتو شیر نے پانی میں اپنا عکس دیکھا، پھر دوسرے شیر کو دیکھا پھر اپنے عکس کو دیکھا.

پھر اسے معلوم ہوا کہ وہ حقیقت میں شیر ہی ہے مگر پہلے وہ خود کو بھیڑ سمجھے ہوئے تھا. مسئلہ اصل میں یہ ہے کہ ہم خود کو مانتے ہیں، کچھ عرصے میں وہی کچھ بن جاتے ہیں. ہم سب بھی شیر ہیں جو خود کو بھیڑ سمجھے ہوئے ہیں اور عموماً کسی روحانی شیر (اصلی روحانی) کے سامنے آنے کے بعد ہی شیر بنتے ہیں. اس میں پہلا سبق یہی ہے کہ خود کو شیر مانیں.

مولانا روم نے بھی اپنی مثنوی میں شیر اور گائے کی اس سے ملتی جلتی مثال دی ہے. ہمارے اندر روح موجود ہے جو امر ربی ہے. انسان کو فرشتوں کا سجدہ بلا وجہ نہیں ہوا تھا مگر ہم خود بھیڑوں کے بیچ میں رہ رہ کر خود کو بھیڑ ہی سمجھتے اور ہر وقت خود کو اسی طرح مصروف رکھتے ہیں. ابوبکر شبلی سے جب کلمہ موت پڑھنے کو کہا گیا تو آپ نے فرمایا "جب غیر ہے ہی نہیں تو نفی کس کی کروں" (کہ لا الٰہ الا اللہ کیسے پڑھوں). لوگوں نے کہا یہ ضروری ہے تو بولے "سلطان محبت فرماتا ہے، یہاں رشوت نہیں چلتی".

اس تلاش میں سب سے اہم بات یہی ہے کہ آپ کو معلوم ہونا چاہئے کہ منزل آپ کے اندر ہی ہے. خدا کو باہر نہ ڈھونڈیں. ہمیں اس بات پر پورا یقین ہونا چاہیے. جب یہ چیز انسان پر واضح ہو جاتی ہے اور اسے اس تھیوری پر یقین ہو جاتا ہے تو پھر اصل سفر کی ابتداء ہوتی ہے.

مراقبے کے دوران خود کو بھولنا سیکھیں (پیچھے خود کو بھولنے کے باب میں یہ سب تفصیل

موجود ہے)۔ خود کو بھولیں گے اور خود اپنے اندر نہیں رہیں گے تو وہاں کون ہوگا؟ وہاں خدا موجود ہوگا۔

بابا بلھے شاہ نے بھی اس بارے کہا ہے۔ ''بلھے شاہ گل تداں نبڑسی جد میں نوں وچوں مٹائیے'' (بلھے شاہ بات تب ہی بنے گی جب میں ختم کی جائے گی) اور یہ بھی کہا تھا۔

جے میں تینوں باہر ڈھونڈاں تے اندر کون سماناں
تے جے میں تینوں اندر ڈھونڈاں تے فیر مقید جاناں
سب کجھ توں ایں سب وچ توں ایں میں سب توں پاک پچھاناں
میں وی توں ایں تے توں وی توں اے اچھے بلھا کون نماناں

(اگر میں تمہیں باہر ڈھونڈوں تو میرے اندر کون ہے اور اگر میں تمہیں اندر ڈھونڈوں تو تمہیں وہاں مقید دیکھتا ہوں۔ تم ہی سب کچھ ہوں سب کے اندر تم ہی ہو میں سب میں تمہاری پاک ذات کو پہچانتا ہوں۔ میں بھی تم ہوں تم بھی تم ہو۔ یہاں بلھے کی کیا حیثیت (چھوٹے بچے کی طرح) ہے۔

پھر یہ بھی کہا ہے ''بلھیا شوہ تیرے توں وکھ نہیں، پر ویکھن والی اکھ نہیں'' (بلھے شاہ خدا تم سے جدا نہیں ہے، لیکن تمہاری دیکھنے والی آنکھ نہیں ہے)

یہ تلاش بھی خود سے شروع ہوکر خود پر ہی ختم ہوتی ہے۔ غوث پاکؒ نے بھی یہی پیغام دیا تھا کہ اللہ کو اہل زمین کے دلوں میں تلاش کرو۔ یہی وہ طریقہ ہے جس میں انسان خدا کو تلاش کرسکتا ہے۔

بات درحقیقت یہ ہے کہ کائنات میں ہر چیز خدا کے نور سے بنی ہے۔ آپ نے بجائے حلول کے عقیدے کے (کہ خدا انسان میں اتر آتا ہے) صرف دوئی ختم کرنی ہے، کہ آپ نے خود کو (اور اپنی روح کو) خدا سے الگ مان لیا ہے اور اسی وجہ سے اس سے بالکل الگ ہوگئے ہیں۔ اسی تلاش میں روحانیت کے سب سکولوں نے مراقبے، ریاضتیں اور طرح طرح کے نفس کشی کے طریقے ایجاد کئے ہوئے ہیں۔ اصل بات یہ ہے کہ جو جتنا سیدھا سادہ (یا آپ بے وقوف کہہ لیں) ہے وہ اتنی ہی زیادہ محنت کرے گا، اتنی زیادہ ٹکریں مارے گا، اتنی ہی زیادہ خواہ مخواہ نفس کشی اور ریاضتیں کرے گا۔

جب کہ تھوڑی محنت میں بھی یہ کام ہوسکتا ہے، بات اپنے آپ کو سمجھانے کی ہے۔ خود کو ماننا اس میں سب سے اہم ترین سبق ہے۔ لیکن لوگوں کو یہ سمجھ نہیں آتی ان کا خیال ہے کہ سب کچھ

پانے کے لئے محنت کرنی پڑتی ہے اور خصوصاً اللہ کو پانے کے لئے تو بہت زیادہ محنت کرنی ہوتی ہوگی، یہی ان کی غلط فہمی ہے۔

اصل بات انسان کے اپنے حوصلے، یقین کامل کی ہے جتنا زیادہ یہ ہوگا اور جتنا سمجھدار انسان ہوگا اتنا ہی جلدی ترقی کرے گا۔ انہیں میں پیدل چل کر جانے والے، سواریوں والے اور اڑ کر پہنچنے والے سب آتے ہیں اور جس چیز پر انسان کا یقین بیٹھ گیا کہ وہ صحیح ہے، یعنی جس بھی طریقے یا تھیوری پر، اس میں جنگل میں چلے جانا، اکیلے بیٹھ کر مدتوں سوچنا، طرح طرح کے مراقبات کرنا، تیاگ دنیا، نفس کشی کے لئے بھوکیں کاٹنا، الٹے لٹکے رہنا اور نا معلوم کیا کیا طریقے انسان نے ایجاد کئے ہیں اور جس کو جس راہ سے بھی کچھ مل گیا وہ دوسرے کو وہی وصیت کر گیا اور مختلف طریقے ایجاد ہوتے چلے گئے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ ملتا اسی کو ہے جو اندر سے تیار ہوچکا ہوتا ہے جس کا ایندھن اندر سے خشک ہوچکا ہوتا ہے، صرف ایک تیلی ماچس لگانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ جوں ہی وہ لگی انسان بھیڑ سے شیر بن گیا۔

مہاتما بدھ پہلے برسوں ریاضتیں کرتا رہا جہاں جہاں بھی جس استاد کا پتہ چلا، وہاں گیا۔ سب کی شاگردی کی اور جو کچھ انہوں نے کہا وہ اس نے پوری محنت سے کیا اور استادوں کے بتائے ہوئے طریقے سے عمل بھی کیا، مگر کچھ نہ ملا۔ آخر تھک ہار کر ایک برگد کے نیچے بیٹھ گیا۔ سب کوشش ترک کردیں۔ کتنے دن وہاں بیٹھا رہا، پھر اس کے اندر سے روشنی آنے لگ پڑی اور اسے نروان مل گیا۔

مہاتما بدھ نے اپنے سب شاگردوں کو درمیانے راستے (یعنی نفس کشی اور ریاضتوں سب میں) کا پیغام دیا ہے اور یہ بھی کہا ہے کہ حقیقت یا خدا کو باہر نہیں بلکہ اپنے اندر ہی ڈھونڈو۔ اسی طرح اور بھی کافی سارے لوگوں کے قصے ہیں۔ سب نے ریاضتیں کیں، کشٹ جھیلے، مگر جب کچھ ملا تو اکثر سب محنت ترک کرنے کے بعد ملا اور چند ایک کو محنت کرتے ہوئے بھی ملا۔ اس لئے جو بھی جس محنت و ریاضت میں لگا ہے اسی میں لگا رہے۔ مگر یہ اصول اسے معلوم ہونا چاہئے، پھر وہ اللہ کے قریب پہنچتا چلا جائے گا۔

بات یقین کامل کی ہے جتنا بڑا یقین اور حوصلہ ہوگا اتنا جلدی انسان ترقی کرے گا۔ گو کچھ نہ کچھ ریاضت سب کو کرنی پڑتی ہے۔ جو محنت اور ریاضت کر رہے ہو اس میں لگے رہو، چھوڑ دیا تو وہیں رہ جاؤ گے۔ محنت کرتے جاؤ، پھر وقت آئے گا کہ یہ خود ہی ختم ہوجائے گی۔ لیکن یاد رکھو سب

کچھ تمہارے اندر موجود ہے، یقین کامل رکھو کہ تم اسے جلد ہی پانے والے ہو. ورنہ خواہ مخواہ ہی زیادہ محنت میں لگے رہو گے.

اسلام نے یہ مسئلہ بھی حل کر دیا. ایک دن اصحاف صفہ بیٹھے بحث و مباحثے میں مصروف تھے کہ انسان کو اللہ کے پاس پہنچنے کے لئے کیا کیا کرنا چاہئے کوئی کہتا تھا ساری ساری رات عبادت کرنی چاہئے، کوئی کہتا تھا آدھی رات عبادت کرنی چاہئے اور ہر دوسرے روز روزہ رکھنا چاہئے، کوئی دوسرا کہتا تھا سارا سال روزے رکھنے چاہئیں اور افطار بالکل کم خوراک سے کرنا چاہئے. کسی کا خیال تھا کہ نفس کو قابو رکھنے کے لیے کھانا بہت کم کھانا چاہئے، وغیرہ وغیرہ. رسول پاک ﷺ اپنے حجرے سے نکل کر وہاں تشریف لائے، یہ سب باتیں سنیں، پھر مسکرائے اور فرمایا.

''کیا میں ساری ساری رات عبادت کرتا ہوں، یا روز روزہ رکھتا ہوں، یا بہت کم کھاتا ہوں. یہ سب کچھ ہونے کے باوجود میں اللہ کے قریب ہوں تم بھی اسی طرح کیا کرو''.

اسلام خود پر ظلم کی اجازت نہیں دیتا. رسول پاک ﷺ کی یہ بات ہمیں اپنے ذہن میں بٹھا لینی چاہئے کہ کم محنت میں بھی یہ کام ہو جاتا ہے.

اس سفر میں حوصلہ اہم چیز ہے. حوصلے کا مطلب یہ ہے کہ آپ خود کو کس قابل مانتے ہیں.

کتاب کا مختصر جائزہ

انسانی روح میں اللہ کے نور کا ذرہ موجود ہے. روح میں سب پیغمبرانہ صلاحیتیں چھپی ہوئی ہیں. روح اور انسان کا لاشعور مل کر کام کرتے ہیں، بلکہ بڑی حد تک آپ انہیں ایک کہہ سکتے ہیں. لاشعور یقین کامل (Faith-Believe) کے سسٹم پر کام کرتا ہے. یعنی یقین کامل کے زیر کمان ہوتا ہے. ڈر، منفی سوچیں اور شک و شبہ روح کی بے حساب توانائی کو دبائے رکھتے ہیں. ان کے ختم ہوتے ہی یہ توانائی باہر آ جاتی ہے.

روحانی اور دنیاوی ہر کامیابی کا دارومدار یقین کامل ہے. عملی تجربے کے بغیر یہ پکا نہیں ہوتا، اس کی سیڑھی اس طرح ہے.

1۔ تجربات

2۔ کامیابیاں (Achievements)

3۔ اعتماد (Confidence)

4۔ یقین کامل (Faith) کسی بھی کام میں صرف کامیابی ذہن میں رکھنا جب آپ کی خودکار (Automatic) سوچ کا حصہ بن جاتا ہے، آپ کی جیسے ہڈیوں تک میں رچ بس جاتا ہے، تو اسے آپ یقین کامل کہیں گے. گو مادی کامیابیوں کے بغیر یہ ادھورا رہتا ہے.

5۔ توکل اللہ یقین کامل کا سب سے اونچا درجہ ہے.

اہمیت مثبت سوچ کی نہیں، مثبت یقین (Believe) کرنے کی ہے. یقین کامل کے مزید حصے اعتقاد اور دماغ کی پروگرامنگ کرتی ہے. انسان ذہن میں ہر چیز کا علیحدہ علیحدہ سانچہ (Shell) ہوتا ہے. آپ نے اپنی سوچ کو نہیں بلکہ اپنے یقین (Belief) کو تبدیل کرنا ہے. یہی زندگی میں کامیابی کی کنجی ہے. یہی یقین آپ کی عادات کی بنیاد بنتے ہیں.

انسان یقین کامل کی طرف اس وقت تک صحیح طریقے سے نہیں بڑھ پاتا جب تک وہ مال و دولت کی طرف سے بے فکر نہ ہو جائے، ورنہ شک و شبہ ہی اس کی ٹانگیں پکڑتا رہتا ہے. شک و شبہ یقین کامل کو ختم کرتا ہے. ہر مثبت سوچ (فیتھ کے لئے اور ویسے بھی) صحیح ہے، ہر منفی سوچ غلط ہے. پر امید رہنا (Otptimistic) ہر حالت میں اچھا ہے، نا امیدی (Pessimism) ہمیشہ غلط ہوتی ہے. عملی اور خصوصاً کاروباری مواصلات میں اپنا فوکس کامیابی پر رکھیں گے (یعنی کامیابی کا ہی سوچنا) تو کامیابی ملے گی. ناکامی پر رکھیں گے تو ناکامی ہی ملے گی یعنی جس چیز کا بھی زیادہ سوچیں گے وہی آپ کو ملے گی اس لیے ناپسندیدہ چیزوں کے بارے میں سوچنا آپ کو ختم کرنا ہی پڑے گا.

کسی بھی چیز یا عقیدے کو مان لینا آپ کے لئے اس کا دروازہ کھول دیتا ہے (جیسے جنوں وغیرہ سے کام لینا ہو تو ان پر یقین کرنا چاہئے). جو سوچ انسان کے اندر بیٹھ جاتی ہے اور وہ اسے مان لیتا ہے. لاشعور اسی سوچ کی حفاظت کرتا اور اسے طاقت دیتا ہے. انسان وہی کچھ ہر طرف دیکھتا ہے.

صبر اور وقت کے بہاؤ کے ساتھ چلنا بہت اہم ہے، خصوصاً روحانیت اور دنیاوی کاموں میں شروع کے دنوں میں. پر سکون (Relax) رہنا اس میں بڑا مددگار ہوتا ہے.

اندرونی اور بیرونی دونوں طرح پر سکون رہنے کی کوشش کریں.

ہر کام کرتے وقت اسی سیکنڈ اور اسی لمحے میں رہنے کی عادت ڈالیں. پھر ہر چیز بہتر ہو جائے گی اور آپ ہر کام بہتر طریقے سے کر سکیں گے.'' یہ چیز آپ کو بے حساب توانائی بھی

دیگی"۔

کسی بھی روحانی کام کو کرنے کے بعد (جیسے کسی روحانی مدد، علاج وغیرہ) کو کرنے کے بعد اسے بھول جائیں ورنہ شک کریں گے تو نتیجہ صحیح نہیں نکلے گا۔

کوئی بھی کام (خصوصاً روحانی کام) کرتے وقت اگر آپ کے ذہن میں ہو اکہ آپ وہ کام کر سکتے ہیں تو آپ اسے کر سکیں گے ورنہ نہیں۔ اس وقت آپ نے اپنی قوت ارادی کو استعمال کرنا ہے۔

یقین کامل اور ظاہری اسباب مل کر ہر دنیاوی کامیابی کی ضمانت ہیں۔

ہم اپنی توانائی اکثر منفی سوچوں میں اور خود سے لڑ کر ہی ضائع کرتے رہتے ہیں۔ مقصد ہونا اسے صحیح راستے دے دیتا ہے، پھر تصورات کی مدد سے ہم با آسانی وہاں پہنچ جاتے ہیں۔ روحانیت میں جلدی ترقی کا ذریعہ کسی روحانی ہستی (استاد یا مرشد) کی دعا، توجہ یا اثر ہے۔ یہ استاد (مرشد یا پیر) سے متاثر (Impress) ہوئے بغیر نہیں ہوتا۔ گو پکا اور مستقل ذریعہ ورد و اذکار ہے۔ ورد و اذکار سے ہماری وائبریشن (Vibration) بھی زیادہ طاقتور ہو جاتی ہے، پھر انسان جو کچھ چاہتا یا مانگتا ہے وہ اسے خود بخود ملتا چلا جاتا ہے۔ ورد و اذکار ہمیں اندرونی طاقت و توانائی بھی دیتے ہیں جو یقین کامل کی بنیاد بنتی ہے۔

ورد ہماری کامیابیوں کے لئے گاڑی میں پٹرول کی طرح ہوتے ہیں۔

یقین کامل کے اصول پتہ ہوئے بغیر ماہر سے ماہر استاد سے بھی کوئی خاص فائدہ نہیں ہوتا۔ اگر کچھ ملے بھی تو ضائع ہو جاتا ہے۔

تصورات (Visualization) و مراقبات کے ذریعے لاشعور کی جھجک دور کی جاتی ہے، اسی کی مدد سے ماضی کی خرابیوں کا اثر ختم اور مستقبل کی ترقی کی رفتار تیز کی جاتی ہے۔

یقین کامل، اعتقاد اور دماغ کی پروگرامنگ میں سب سے زیادہ اہمیت یقین کامل کو ہی ہے۔ اگر یہ مضبوط اور بڑا نہ ہو تو دوسرے دونوں بھی ترقی نہیں کرتے، ان کی مضبوطی بھی نہیں ہوتی اور ترقی کی رفتار بہت کم رہتی ہے۔ توکل اللہ حقیقت میں بہت کم لوگوں کو ہوتا ہے، کیونکہ اللہ ایک ان دیکھی چیز ہے۔ توکل اللہ کا اصل کام یہ ہے کہ یقین کامل کو دلیل (Reason) کے ساتھ محدود (Limited) نہ کرو اور امید کو بھی۔ اس لئے اللہ کو پہلے دل سے اندر سے مانیں، پھر سب کام آسان ہو جاتا ہے۔ اللہ ظاہری اسباب کے بغیر بھی سب کام کر سکتا ہے۔ کاموں میں

ظاہری اسباب کی طرف ہی دیکھتے رہنا انسان کی کامیابی کے امکانات بہت محدود کر دیتا ہے۔

بغیر دیکھے ماننا ہی ایمان کا اونچا درجہ ہوتا ہے۔ جو چیز بھی آپ سیکھنا چاہتے ہیں اس پر اعتقاد رکھیں کہ یہ ہونی ممکن ہے۔ ایک یہ بات بھی مت بھولیں کہ ہمارا لاشعور (اور ہماری روح) ہر وقت ہماری مدد (اور حفاظت بھی) کرنے میں لگی رہتی ہے مگر ہم اپنی منفی سوچوں، بے صبری اور خوف و گھبراہٹ وغیرہ کی وجہ سے اس کی توانائی کو استعمال نہیں ہونے دیتے اور الٹے سیدھے خیالات وہموں اور بے یقینیوں کے ذریعے اسے راستے سے بھٹکاتے، بلکہ الٹا چلاتے رہتے ہیں۔ لاشعور کو اچھے یا برے کی تمیز نہیں ہے۔ آپ اسے جو بھی حکم "لگاتار" دیتے ہیں، کچھ وقت کے بعد وہ اسے ہی صحیح سمجھ کر اس پر عمل شروع کر دیتا ہے۔ اس لئے اپنے منفی وہموں اعتقادوں کو بیٹھ کر محسوس کریں اور انہیں ختم کر دیں۔ اسی طرح ہر چیز میں ہم نے اپنی ہمت کے حساب سے حدود بنائی ہوتی ہیں، ان حدود کو بڑا کریں اور لاشعور کو صحیح طریقے سے اس کا اصلی کام کرنے دیں۔ "یہ ہر چیز اور ہر موقعہ خود ہی آپ کے سامنے لے آئے گا"۔

اس کی مدد کرنے کے لئے آپ اپنا مقصد اسے واضح کر کے دیں (پہلے مقصد پر خوب غور و فکر کریں، پھر اسے لکھ لیں)۔ مقصد واضح ہونے کے بعد ورد و اذکار سے اسے مزید طاقت دیں، انشاء اللہ کامیابی آپ کی ہوگی۔ روحانیت میں جو محنت آپ کر رہے ہیں وہ ضائع نہیں جاتی، آپ کو اس کا فائدہ ضرور ہوتا ہے۔ دراصل ہر نیا دن آپ کو آگے لے کر جا رہا ہوتا ہے۔ صرف مثبت سوچ ضروری چیز ہے۔

اگر آپ سے کوئی غلطی ہو جاتی ہے تو مستقبل میں انشاء اللہ نہیں ہوگی، کیونکہ آپ ترقی کر چکے ہوں گے۔ ورد اور اذکار کا فائدہ بہر حال آپ کے ساتھ ہی رہتا ہے۔ اسی طرح اگر آپ کو کسی روحانی چیز (روحانی علاج) وغیرہ میں بھی ایک دوبارہ ناکامی ہوتی ہے تو اس میں بھی اللہ کی اپنے لئے کوئی بہتری سمجھیں، انشاء اللہ مستقبل میں آپ یہ سب چیزیں پہلے سے بڑے درجوں میں کریں گے۔

ہر صحیح نیت اور روحانیت میں محنت اور ورد و اذکار کرنے والا ترقی کرتا رہتا ہے۔

آپ کو یہ بھی چاہئے کہ کچھ اہم باتوں اور چیزوں کو لکھ کر دیوار پر ایسی جگہ پر ٹانگ دیں جہاں اکثر آپ کی نظر پڑتی رہے۔ پھر انسان کو نئی چیزیں سیکھنے اور خود کو تبدیل کرنے میں آسانی رہتی ہے۔ اس طرح مقصد بھی واضح رہتا ہے۔

اہم بات یہ ہے کہ آپ خود کو جو کچھ اور جس قابل بھی "مان" لیتے ہیں آپ وہی کچھ بن جاتے ہیں، خود کو ذہین مانیں تو ذہین بن جائیں گے، بے وقوف تو بے وقوف بن جائیں گے. خوش قسمت تو خوش قسمت، بد قسمت تو بد قسمت. کاروباری مان لیں تو کاروباری، ناکام کاروباری تو ناکام کاروباری. قابل احترام، تو قابل احترام. Winner تو Winner، Loser تو Loser شیر تو شیر، بھیڑ تو بھیڑ. محدود تو محدود، لامحدود تو لامحدود. اللہ سے الگ تو الگ، ساتھ تو ساتھ، آپ جو کچھ لگا تار سوچتے رہیں، لاشعور کے سامنے اس کی فلم سی چلتی رہتی ہے، وہ اسے حکم سمجھ کر اندر بٹھا لیتا ہے اور پھر وہ چیز آسانی کے ساتھ پیدا کر لیتا ہے.

آپ وہی کچھ بن جاتے ہیں جو آپ خود کو ماننے لگ پڑتے ہیں، اس لئے خود کو ہمیشہ اچھا ہی مانیں. آپ نے اس وقت خود کو کیا مان رکھا ہے اس پر بیٹھ کر غور کریں. اگر وہ صحیح نہیں تو اسے تبدیل کریں. جس بھی اہم چیز سے متعلقہ آپ کی سوچ کمزور ہے اسے طاقتور بنائیں.

اس کائنات میں کسی بھی چیز کو حاصل کرنے میں سب سے بڑی رکاوٹ آپ خود ہیں. اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ جو بھی چیز حاصل کرنا چاہتے ہیں اس میں آپ کی سوچ کی طاقت آپ کی پوری مدد کرتی ہے، مگر آپ ہر سوچ کے ساتھ ایک منفی سوچ کا دم چھلا بھی لگا دیتے ہیں. آپ کوئی چیز حاصل کرنا چاہتے ہیں، جیسے کار کی مثال لے لیں. آپ ایک نئی کار لینا چاہتے ہیں، لیکن جہاں بھی لفظ چاہتے ہیں (Want) آتا ہے، اس میں بھوک اور منفی سوچ کا احساس آتا ہے. اس سے بچنے کا طریقہ یہ ہے کہ کار کو (چاہیں Want) نہیں بلکہ پسند کریں، اس میں حسد ورشک والی مثال جو حسد کے باب میں ہے اس کو وہاں دیکھ لیں) پھر ڈر نہیں رہے گا. اب مزید رکاوٹ اس کار کے حاصل کرنے میں یہ ہے کہ جوں ہی آپ کار کو دیکھتے اور ملنے کا سوچتے ہیں، ساتھ ہی ذہن میں یہ سوال ایک سیکنڈ کے سویں حصے میں آ جاتا ہے کہ کار تو مہنگی ہے، یہ اس طرح کیسے مل سکتی ہے. یہ دونوں سوالات ایک غلط دم چھلا ہے جو آپ کی سوچ کو لگ جاتا ہے اور آپ کی سوچ کی طاقت کو ختم کر دیتے ہیں ان متضاد سوچوں سے بچیں، یہی ہر چیز کو حاصل کرنے میں سب سے بڑی رکاوٹ ہوتی ہیں.

روحانیت والے اس کائنات (Universe) کی مثال ایک کاپی کرنے والی مشین سے دیتے ہیں، کہ جو سوچ بھی آپ سوچتے ہیں یہ کائنات اس کی کاپی کر کے وہ چیز آپ کی طرف بھیجنا شروع کر دیتی ہے. ماہر روحانیت کا کہنا ہے اور سائنس دان بھی یہی کہتے ہیں کہ اس دنیا

میں ہر چیز وائبریٹ (Vibrate) کر رہی ہے، آپکی سوچ کی بھی اپنی وائبریشن ہے.

آپ نے سوچ سوچی، اس کی وائبریشن کائنات (Universe) میں گئی، کائنات نے وہ چیز آپ کی طرف بھیجنی شروع کر دی مگر آپ اپنی متضاد سوچوں (دم چھلوں) کی وجہ سے سوچ کی طاقت کو ختم کر دیتے ہیں. مثبت اور منفی سوچ برابر ہو کر صفر ہو جاتی ہے.

کامیابی کا طریقہ یہ ہے کہ آپ نے وہ سوچ بغیر سوچوں (Controversial) کے دینی ہے اور کچھ عرصہ مسلسل دینی ہے. اس مطلوبہ چیز کو (جو کار کی مثال میں بیان ہوئی ہے) آپ کے پاس آنے میں کچھ وقت لگے گا، مگر آپ میں سے اکثر اس سوچ کو پہلے ہی تبدیل کر کے دوسری سوچ کر دیتے ہیں.

اسی وجہ سے آپ کی طرف کو چلی کار جو کہ آدھے راستے میں ہے، وہاں ہی رک جاتی ہے.

اس سوچ کو بغیر متضاد سوچوں کے مسلسل طاقت دیتے رہیں، یعنی جب بھی کار کا خیال آئے اسے آپ پاس تصور کریں (پیچھے تصورات کے باب میں اسکی مکمل مشق کا بھی بتایا گیا ہے). کچھ عرصے کے بعد یہ کار آپ کے پاس ہوگی.

یعنی سوچ کو بغیر متضاد سوچ کے مسلسل طاقت دیں، اسے تبدیل نہ کریں. (خوش قسمت اور بد قسمت بننے اور دعا کی قبولیت کا بھی یہی اصول ہوتا ہے.) اور وہ چیز آپ کو مل جائے گی. اس میں مزید بہتر طریقہ یہ ہے کہ آپ کسی بھی پسندیدہ چیز کے بارے میں سوچیں کہ کیا وہ آپ کو واقعی ضرورت ہے یا آپ اسے اپنے پاس فضول ہی جمع کرنا چاہتے ہیں، ہم میں سے بہت سے لوگ ایسی ہی فضول چیزوں کا ڈھیر لگا لیتے ہیں. بہتر ہے کم، اچھی اور اہمیت والی چیزوں کو ہی حاصل کرنے کا سوچیں.

آخری بات

آج 2 فروری 2001ء ہے میں کتاب کا آخری باب لکھ رہا ہوں. اس کے لکھنے میں مجھے کوئی ڈھائی سال کا عرصہ لگا ہے. کتاب میں میری کوشش یہ رہی ہے کہ میں لوگوں کو ہر قسم کی روحانی نفسیاتی اور سائنسی معلومات دوں تا کہ روحانیت میں انہیں ہر قسم کی راہنمائی مل سکے. اس کو سمجھنے کے بعد انشاءاللہ آپ کو دنیا کے کسی بھی کام کاج میں مشکل پیش نہیں آئے گی اور ہر اہم چیز سے متعلقہ بنیادی معلومات آپ کو مل چکی ہوں گی. میرا آپ کو مشورہ یہ ہے کہ اس کتاب کو تھوڑے

عرصے کے بعد دوبارہ پڑھیں، پھر آپ کو اس میں کئی نئی نئی چیزیں نظر آئیں گی. جوں جوں آپ کا علم نالج میں تبدیل ہوتا چلا جائے گا، آپ کو نئے نئے مطالب بھی ملتے چلے جائیں گے.

اسکے بعد آپ صرف اپنی مطلوبہ پروفیشن (یا شغل) کا بھی علم حاصل کریں کہ اسکے بغیر نہ ہی خود اعتمادی آتی ہے اور نہ ہی روحانی ترقی ہوتی ہے.

اس کتاب میں خود سے متعلق ہر بات بالکل صحیح لکھی ہے اور دوسری صرف ایسی ہی چیزیں لکھی ہیں جو میرے خیال میں بالکل سچ ہیں. یہاں پر آخری پیغام یہ ہے کہ اس کتاب کو لکھتے میری نظر پاکستانیوں، مسلمانوں اور انسانیت کی مدد کرنے پر ہے اور اس چیز کا بدلہ اللہ دیتا ہے.

جو لوگ روحانیت کا راستہ چن رہے ہیں، انہیں معلوم ہونا چاہیے کہ یہ راستہ جو آپ چن رہے ہیں، اس میں سفر ہی سفر ہے منزل کوئی نہیں ہے.

حدیث پاک ہے کہ ہر چالیس لوگوں میں ایک ولی ہوتا ہے اور یہ بھی ہے کہ میری قوم میں چالیس ابدال ہوتے ہیں، 28 مشرقی ملکوں میں (ملک شام سے مشرقی) اور 12 مغربی ملکوں میں ہوتے ہیں.

ہم اور آپ میں سے ہی لوگوں نے ولی بننا ہوتا ہے. پہلے اسی بات کو سمجھیں اور بہت سے ولی کسی بھی سلسلے سے متعلق نہیں ہوتے. یہ لازمی نہیں کہ انہیں روحانی سلسلوں کے لوگ اور رجال غیب وغیرہ ملتے ہیں، گو بعد میں اکثر کو ان سے کہیں نہ کہیں واسطہ پڑتا ہے. گو ان عقیدوں کو ماننے کے بعد بھی ان کا راستہ کھلتا ہے.

بنیادی اصول سارے اب آپ کو معلوم ہو چکے ہیں. اب کسی بھی پیر سے ورد لے لیں یا نماز میں سے ڈھونڈ کر کوئی ورد شروع کر دیں. فائدہ پیر سے نہیں بلکہ اپنے اپنے حوصلے کے حساب سے ہوتا ہے، ورنہ مرید کبھی پیر سے آگے نہ بڑھتے. ایسی مجلس ڈھونڈیں جہاں پر روحانی تذکرے اور اذکار وغیرہ ہوتے رہتے ہیں.

اپنی ترقیاتی اور تبدیلیاں لکھ لیا کریں. اگر کچھ مل جاتا ہے تو پھر اسی کے ساتھ چمٹے نہ رہیں بلکہ آگے دیکھیں، مزید اور بھی ملتا رہے گا.

سچ کو ہر حال میں لازم رکھیں. سب سے اہم بات خود کو یقین دلانے کی ہوتی ہے، جھوٹا انسان کبھی خود کو یہ یقین نہیں دلا سکتا.

ہر روز کچھ دیر بیٹھ کر ذہن کو طاقت دیا کریں (یہ شروع میں کچھ عرصہ لازمی کرنا ہے) کہ

آپ روحانیت میں تیزی سے بڑھ رہے ہیں.

ہر وقت خوش و مطمئن رہیں. پرسکون (Relax) حالت میں ہی سب طاقتیں پوری طرح کام کرتی ہیں.

ہر وقت مثبت سوچ رکھیں. کوئی بھی نیا روحانی کام (جیسے روحانی علاج یا کچھ دیکھنا) اس وقت کریں جب آپ پوری طرح تروتازہ اور توانائی سے بھرپور ہوں اور آپ کا دل بھی یہ چیز کرنے میں راضی ہو.

کبھی بھی کسی چیز کو اپنی ہمت سے بڑا نہ سمجھیں، یعنی اس سے امپریس (Impress) نہ ہوں.

شیخ ابو القاسم گرگانی نے فرمایا کہ حق تعالیٰ نے ننانوے نام بندہ سالک کے صفات بن جاتے ہیں، حالانکہ بندہ ابھی سلوک میں ہے اور انتہا کو نہیں پہنچا. خواجہ غریب نواز فرماتے ہیں کہ عارف ایک قدم اٹھا کر عرش پر پہنچ جاتا ہے، اور دوسرا اٹھا کر واپس آ جاتا ہے. علامہ اقبال نے مرد مسلمان کے بارے میں فرمایا ہے.

ہر لحظہ ہے مومن کی نئی شان نئی آن
گفتار میں کردار میں اللہ کی برہان
قہاری و غفاری و قدوسی و جبروت
یہ چار عناصر ہوں تو بنتا ہے مسلمان
یہ راز کسی کو نہیں معلوم کہ مومن
قاری نظر آتا ہے حقیقت میں ہے قرآن
جس سے جگر لالہ میں ٹھنڈک ہو وہ شبنم
دریاؤں کے دل جس سے دہل جائیں وہ طوفان

یہ یاد رکھیں کہ یہ بلند حوصلہ لوگوں کی راہ ہے. یہ جوان مردوں کا کام ہے. یہ گھٹنوں کے بل چلنے والے طفلوں کا نہیں، شہ سواروں کا میدان ہے. اس میں حوصلہ بلند رکھ کر چل پڑیں.

میں اکیلا ہی چلا تھا جانب منزل مگر
ہم سفر ملتے گئے کارواں بنتا گیا

اس سفر میں درحقیقت ایسے ہی ہوا کرتا ہے.

شاعر کہتا ہے

حد ٹپے تے اولیاء بے حد ٹپے تے پیر
جو حدوں بے حدوں وی لنگھے اس دا نام فقیر

ترجمہ: حد سے گزر جانے والا ولی ہے اور جو اس سے بھی آگے چلا جائے وہ پیر ہوتا ہے. لیکن جو ان دونوں درجوں کو پار کر جائے، وہ ہی فقیر ہوتا ہے.

عجیب بات یہ ہے کہ ہم مسلمان پیدا ہوئے ہیں اور ہمیں اسلام کی قدر نہیں ہے. اس سلسلے میں ایک واقعہ بیان کیا جاتا ہے. ایک دفعہ شہنشاہ اکبر اپنے دریچے میں بیٹھا سامنے سڑک پر دیکھ رہا تھا، اس نے دیکھا کہ ایک شخص بڑے قیمتی دوشالے کے ساتھ اپنی عام سی جوتی صاف کر رہا ہے. اکبر نے بیربل کو بلا کر یہ دیکھا اور اس سے اس کی رائے پوچھی. بیربل کہنے لگا ''غالباً یہ دو شالہ اس شخص کو وراثت میں ملا ہے، جب کہ جوتیاں اس نے اپنے پیسے سے خریدی ہیں'' اکبر نے آدمی بھیج کر اس شخص سے تفتیش کروائی تو معلوم ہوا کہ بیربل ٹھیک کہہ رہا تھا.

ہم لوگ بھی اسلام کو یہی سمجھتے ہیں اور اسے اسی طرح استعمال کر رہے ہیں. قرآن پاک میں سورۂ آل عمران (110) میں لکھا ہے. ''تم ہو بہتر سب امتوں میں جو بھیجی گئیں عالم میں''.

مسلمانوں کے علاوہ کرسچن بھی مانتے ہیں کہ حضرت عیسیٰ نے پانی پر چل کر دکھایا، طوفان کو روکا، لا علاج بیماروں کو شفا دی، مردہ زندہ کر کے دکھایا، اور فرمایا ''میرے بعد انسان مزید بڑے بڑے کام کرے گا''

مولانا روم نے اپنی مثنوی میں اسلام کی مثال اس طرح دی ہے.

ایک شخص نے ایک گائے رکھی ہوئی تھی جو کہ اس کے گھر کے باہر بندھی رہتی تھی. ایک دن شام کے وقت ایک شیر آیا اور اس نے گائے کو مار ڈالا. اسے گھسیٹ کر تھوڑے فاصلے پر لے گیا اور کھانے سے فارغ ہو کر وہ اسی گائے کے باندھنے کی جگہ پر آرام کرنے کے لئے لیٹ گیا. شام کو وہ واپس آیا تو اندھیرا ہو چکا تھا. وہ شخص اپنی گائے کو باندھنے کی جگہ کے پاس بیٹھ گیا. اور شیر کو گائے سمجھ کر اس پر ہاتھ پھیرنے لگا. اور ساتھ ساتھ تعریف بھی کرتا جاتا تھا کہ تم کتنی پیاری گائے ہو، تمہارا مجھے کتنا فائدہ ہے، تمہارا دودھ کتنا لذیذ ہے، اب تو تمہاری کھال اور بھی ملائم ہوتی جا رہی ہے، وغیرہ وغیرہ. اب شیر اس آدمی کو دیکھ رہا تھا اور سوچ رہا تھا کہ اگر اسے یہ پتہ چل جائے کہ وہ جسے گائے سمجھ کر ہاتھ پھیر رہا ہے، وہ گائے نہیں بلکہ شیر ہے، تو اس کا کیا حال ہو گا. اس قصے میں موجود شخص کی طرح ہم سب لوگ بھی اسلام کو گائے سمجھ کر ہی ہاتھ پھیر رہے ہیں،

اگر ہمیں اس کی حقیقت پتہ چل جائے تو ہمارا حال اس شخص کے شیر دیکھ لینے کے بعد والا ہی ہو گا. چند لوگوں نے ہی اسلام کی حقیقت کو سمجھا ہے.

میں یہ سنی سنائی بات نہیں کر رہا ہوں، بلکہ اللہ کا شکر ہے کہ اس نے مجھے یہ شیر دکھا دیا ہے اور اللہ آپ سب کو بھی توفیق دے کہ آپ اس حقیقت کو دیکھ اور سمجھ سکیں. آمین

اللہ حافظ

❁❁❁❁❁